



# Gemüse-Brotbällchen



**Brot** gibt es in Deutschland in unterschiedlichsten Varianten: Über 3.000 Sorten werden täglich gebacken und verkauft. Wenn Brot länger liegt, wird es altbacken und landet leider häufig im Müll.

Dabei lassen sich die Brotreste noch prima weiterverwenden, zum Beispiel als Semmelbrösel, Croûtons, Brotchips oder Gemüse-Brotbällchen.



## Zutaten für 2 Portionen

2	alte Brötchen/ Brot scheiben
1	kleine Zwiebel
1	Knoblauchzehe
50 g	Gemüse (z.B. Zucchini) frische Petersilie (oder andere Kräuter)
50 g	Semmelbrösel oder Mehl
	Salz
	Pfeffer
	Rapsöl
	Kräuterquark



## Arbeitsgeräte

Küchenmesser  
Schneidebrett  
Schüssel  
Küchenreibe  
Pfanne

## Zubereitung

- Brot würfeln, Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. Gemüse waschen und reiben. Kräuter waschen, trocknen und hacken.
- Brot, Zwiebel, Knoblauch, Gemüse und Kräuter in einer Schüssel vermengen.
- Mit Salz, Pfeffer und weiteren Gewürzen abschmecken. Alles solange durchkneten bis eine gut formbare Masse entsteht.
- Sollte die Masse auseinanderfallen, Semmelbrösel oder Mehl hinzugeben. Sollte die Masse hart und trocken sein, etwas Wasser hinzugeben.
- Die Masse mit den Händen zu kleinen Bällen rollen und in der Pfanne in Öl goldbraun braten.
- Die Brotbällchen mit Kräuterquark servieren.

Gefördert durch



Bundesministerium  
für Ernährung  
und Landwirtschaft

TAFEL



AKADEMIE

aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages