

# REISFRIKADELLEN mit Lachsquark.

 **40 Min.**  **gering**

Zubereitungszeit Aufwand

## Zutaten für: 4 Personen

250 g	Basmatireis (vom Vortag, gegart)
etwas	PENNY Salz und Paprikapulver
1	rote Zwiebel, fein gewürfelt
2	Naturgut Bio Eier, Gr. M
70 g	PENNY Mehl
150 g	PENNY Kräuter Frischkäse
2 EL	PENNY Rapsöl
125 g	Lachsfilet (vom Vortag, gegart)
1	Naturgut Bio Ei, Gr. M, hart gekocht
250 g	PENNY Speisequark, 20%
150 g	PENNY Kräuter Frischkäse
1 TL	Zitronensaft
2 EL	Petersilie, gehackt
1 EL	Schnittlauch, in Röllchen
etwas	PENNY Zucker, PENNY Salz und Pfeffer
2 EL	Röstzwiebeln

## Zubereitung:

- 1 Den gegarten Reis vom Vortag mit den Zwiebelwürfeln, Eiern, Mehl und Frischkäse mischen und mit Salz und Paprikapulver würzen. Aus der Masse 12 flache Frikadellen formen.
- 2 Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die Reisfrikadellen von beiden Seiten bei mittlerer Hitze ca. 6 Min. goldgelb braten.
- 3 **Für den Lachsquark:** Lachs und Ei hacken und mit den übrigen Zutaten mischen und abschmecken. Mit den Röstzwiebeln bestreuen.

**Tipp:** Dazu passt ein frischer Blattsalat.