

Vegetarische Bratlinge mit Curry-Mayonnaise

[2 Portionen]

Zutaten:

Bratlinge:

50g gekochte Linsen

1 kleine Karotte, fein geraspelt

1 kleine Zwiebel, gewürfelt

1 EL Haferflocken

1 kleine Knoblauchzehe, gepresst

1 EL Vollkornmehl

1 Ei

1 EL Öl

Salz

Pfeffer

Mayonnaise:

150g griechischer Joghurt

Currypulver

1 Eigelb

Dijon-Senf

Zubereitung:

1. Karotte, Zwiebel und Knoblauch mit den weichgekochten Linsen vermengen und mit Haferflocken, Vollkornmehl und Ei verrühren. Die Masse mit Salz und Pfeffer würzen und 30 Minuten kühl stellen.
2. Aus der gekühlten Masse Bratlinge formen und in Olivenöl von jeder Seite ca. 5 Minuten anbraten.
3. Die Zutaten der Mayonnaise miteinander verquirlen und mit den Linsenbratlingen servieren.