Brokkoli-Kartoffel-Kroketten

Zutaten

400 g mehlige Kartoffeln

150 g Brokkoli

2 EL Kartoffelmehl

1 TL Butter

n. B. Salz, Pfeffer, Muskatnuss

Zum Panieren:

2 Eier

2 EL Mehl

200 g Pankomehl

Zubereitung

---------- 1 ----------

Kartoffeln in einen Topf geben, mit kaltem Wasser bedecken und salzen. Anschließend 15–20 Minuten kochen, bis sie weich sind.

Parallel dazu Brokkoli in Röschen schneiden. Wasser in einem zweiten Topf zum Kochen bringen und den Brokkoli 3–4 Minuten blanchieren. Danach abgießen, unter kaltem Wasser abschrecken und klein schneiden.

---------- 2 ----------

Nun die Kartoffeln abgießen und unter kaltem Wasser abspülen und abkühlen lassen. Danach schälen und zerstampfen. Zerstampfte Kartoffeln, Brokkoli, Kartoffelmehl und Butter vermengen und kräftig mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

---------- 3 ----------

Für das Panieren drei tiefe Teller jeweils mit Panko, Mehl und aufgeschlagene Eier füllen. Die Kartoffel-Brokkoli-Mischung zu kleinen Kroketten formen. Diese nacheinander erst in Mehl, dann in pflanzlicher Milch und zum Schluss in Panko wenden.

---------- 4 ----------

Anschließend in heißem Fett goldbraun ausbacken. Anrichten. Fertig!

Herausgeber
Hope Media Europe e.V.
Sandwiesenstraße 35, 64665 Alsbach-Hähnlein