



Esst und trinkt, aber seid nicht maßlos! (Araf 31)
Banu Atabay's Mütevazı Lezzetler® Kochrezepte

Frikadelle im Backofen

Firinda Mücver



6 Lauchzwiebel
3 Eier
8-10 Petersilienzweige
8-10 Dill
2 Zucchini
1 Teeglas geriebener Schafskäse
2 EL Mehl
1 Kaffeetasse Öl
1 Kaffeetasse geriebener Käse
1 KL Salz
1 TL rote Paprikaschote

- # Zucchini reiben, Dill, Petersilie und Zwiebel fein hacken.
- # In einen Schüssel Eier einschlagen, dazu alle Zutaten außer dem Käse hinzufügen.
- # Vorsichtig zusammenrühren und in eine eingeölte Backform umfüllen.
- # Darauf geriebenen Käse geben.
- # Auf 190 Grad bis die Oberfläche knusprig geworden ist backen.
- # In Stücke zuschneiden und servieren.

Tipp: Dieses Gericht können sie auch ohne Zucchini zubereiten in dem Sie die Menge von Petersilie und Zwiebel erhöhen.