

SPINATBÄLLCHEN

Zutaten:

- 100g Spinat
- 50g Käse
- 1 Ei
- Paniermehl

Spinat waschen und in einer Pfanne mit wenig Wasser kurz dämpfen. Wenn von der Konsistenz her gewünscht, kann er auch püriert werden.

Anschliessend mit allen anderen Zutaten vermischen und zu Bällchen formen.

Bei 180° rund 15-20 Minuten backen. Dazwischen einmal drehen.

JOGHURT-SAUCE

- Griechisches Nature-Joghurt
- geraffelte Gurken (optional)
- wenig Zitronensaft
- wenig Olivenöl
- Gewürze (Kräutersalz, Sumach, Pfeffer)