

## Kartoffel-Küchlein (4 Pers.) 12 Stück

Ein schnelles Gericht mit überraschendem Inhalt !

Pro Pers.: 284 kcal / 1190 KJ / 15,5 g Fett / 15 g Protein / 20,5 g Kohlenhydrate

- |                    |                      |  |
|--------------------|----------------------|--|
| 500 g              | gekochte Kartoffeln  |  |
| 100 g              | Rüebli               |  |
| 75 g               | Fenchel              | alles mit einer feinen Raffel reiben   |
| 1                  | Ei                   |  |
|                    | Pfeffer              |  |
|                    | Muskatnuss, gemahlen |  |
| $\frac{3}{4}$ TI   | Salz                 |  |
| $\frac{1}{2}$ Bund | Petersilie, fein     |  |
| 50 g               | Sbrinz, gerieben     |  |
| 3-4 EI             | Paniermehl           | alles gut vermischen   |
| 80 g               | Greyerzer, am Stück  | in 12 rechteckige Stückli schneiden (ca. 3x3 cm)   |
|                    |                      | Aus der Masse 12 Frikadellen formen, Käse in die Mitte geben, gut im Kartoffelteig einschliessen |
| 1-2 EI             | Olivenöl             | Kartoffelküchlein auf beiden Seiten goldgelb backen  |

**Tipp:** andere Gemüse je nach Saison verwenden (z.B. Kürbis, Peperoni, Zucchini)  
härtere Gemüse, wie Sellerie ev. kurz andämpfen

Bei Verwendung von festkochenden Kartoffeln (Typ A) werden die Küchlein weniger trocken.

