



## Reisbratlinge

auf leicht warmem Spitzkohl-Salat



Zutaten für 2 Personen:

Reisbratlinge	Den Reis in der doppelten Menge gesalzenem Wasser kochen.
80 g Basmatireis	Anschließend die Hälfte des Reises in eine Schale geben, etwas
60 g junger Gouda	abkühlen lassen und mit einem Ei, sowie Gewürzen und dem
1 TL Kurkuma Gewürz	geriebenen Käse pürieren. Den restlichen Reis hinzugeben und alles
1 Ei	mischen.
Salz	
Für den Salat	Den Reis zu Bällchen formen, diese leicht flach drücken und in einer
1 kleiner Spitzkohl	Pfanne mit Öl von beiden Seiten anbraten. Die Bratlinge auf einem
1 Zucchini	Küchenpapier ablegen und den Spitzkohl zubereiten.
200 ml Joghurt natur 3,5 %	Das Gemüse waschen. Die Zucchini raspeln, den Spitzkohl in dünne
1 Bund Dill	Streifen schneiden. Beides in der Pfanne kurz erwärmen und mit
1 TL Honig	einem Dressing aus Joghurt, Honig, Zitronensaft, fein gehacktem
½ Zitrone	Dill, Salz und Pfeffer anmachen. Die Reisbratlinge auf dem Salat
Salz	drapieren und servieren.
Pfeffer	