



## LUFTIGE KAROTTEN-PFLANZERL

### ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN AKA 10-12 PFLANZERL

- > 100 g Haferflocken
- > 2 Eier
- > 120 g kräftiger würziger Käse
- > 500 g Karotten
- > 2 Schalotten
- > 1 Knoblauchzehe
- > Salz & Pfeffer
- > 5 EL Pflanzenöl

### ZUBEREITUNG

- > Haferflocken mit den Eiern vermischen und 30 Minuten ziehen lassen.
- > Käse und Karotten grob reiben.
- > Schalotten würfeln und Knoblauch hacken bzw. pressen.
- > Alle Zutaten vermischen, mit Salz & Pfeffer abschmecken und Buletten formen.
- > Öl in Pfanne erhitzen, Pflanzerl pro Seite bei mittlerer Hitze ca. 5 Minuten knusprig braten.
- > Serviertipp: Wer es noch knuspriger mag, zieht die Pflanzerl noch durch Panier- bzw. Pankomehl und serviert sie mit Salat oder Minze-Joghurt-Dipp (3 EL Joghurt, frische Minze und ein Schuss Olivenöl).

