



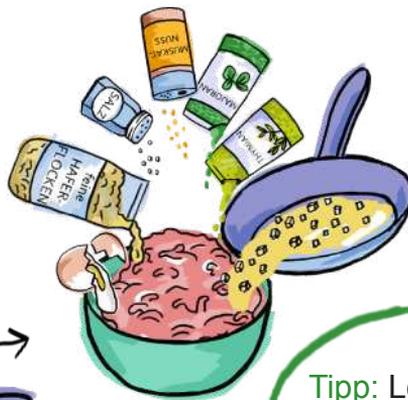
FASCHIERTE LAIBCHEN MIT HAFERFLOCKEN



1. Zwiebel und Knoblauch geschält und fein gehackt in einer Pfanne mit Öl erwärmen



3. Gleich große Laibchen formen und in der Pfanne mit Öl anbraten, bis das Faschierte gar ist



2. Faschiertes Fleisch in eine Schüssel geben. Zwiebel, Knoblauch, Ei, Gewürze und die Haferflocken dazugeben und gut vermischen

Tipp: Leckerer
Essen für deinen
Geburtstag!



4. Mit Kartoffelpüree und Salat schmeckt es ausgezeichnet



Für 2 Personen: 50 g feine Haferflocken, Pflanzenöl, 200 g Faschiertes, 1 Zwiebel, 2 Knoblauchzehen, 1 Ei, 1 Prise Salz, Pfeffer, 1 EL Petersilie, 1 TL Majoran (getrocknet), 1 TL Thymian (getrocknet), 1 Prise gemahlene Muskatnuss