



## BÄRLAUCHNUDELN

2 Portionen, Zubereitungszeit: 20 Min

- 4 Handvoll Bärlauch
- 1 Zwiebel
- 4 Handvoll Bandnudeln(z. B. Tagliatelle)
- 3 EL Rapsöl
- 1/2 Pkg. Mozzarella
- Salz, Pfeffer, Basilikum



Nudeln in Salzwasser bissfest kochen.

In der Zwischenzeit die Zwiebel schälen und fein hacken.

Den Bärlauch waschen, trocken tupfen und in feine Streifen schneiden. Zwiebel in Rapsöl anbraten und Bärlauch dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen und die Nudeln unterheben. Mozzarella in kleine Würfel schneiden, darüber verteilen und mit Basilikum verfeinern.

## TOPFEN-KRÄUTER-LAIBCHEN

4 Portionen, Zubereitungszeit: 30 Min.

- 500 g Magertopfen
- 50 g magerer Schinken
- 2 Eier
- 6 EL Vollkornbrösel
- 1 EL Vollkornmehl
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Handvoll frische Kräuter
- Salz, Pfeffer



Schinken, Zwiebeln, Knoblauch und Kräuter fein schneiden. Alle Zutaten vermischen und würzen. Bei Bedarf Brösel begeben und mit feuchten Händen 8 Laibchen formen. Die Laibchen bei 180 °C auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech goldbraun backen.