

Rezept „Guten Morgen Österreich“

Faschierte Bällchen vom Osterlamm

300g faschiertes Lammfleisch (Schulter, Bauch, Schlögel, Hals)

1 Ei

60g Weißbrot frisch oder getrocknet (entspricht einer Semmel)

Ca. 150g Milch zum einweichen des Weißbrotes

Salz, Pfeffer

15g scharfer Senf

2 gepresste Knoblauchzehen

1 El frischer Rosmarin oder Thymian

Das Brot in der Milch einweichen.

Alle Zutaten miteinander gut vermischen, abschmecken, Bällchen formen und im Backrohr bei 160° Heißluft noch 15 Minuten braten.

Für die BOWL:

250g gekochter Zartweizen

250g Schafjoghurt

2 Zucchini in Würfeln geschnitten und in Olivenöl angebraten und gesalzen

4 El Granatapfelkerne

Frischer Bärlauch geschnitten

Eisbergsalat in Streifen geschnitten

Etwas Chili

Zartweizen in eine Bowl füllen. Eisbergsalat und die restlichen Zutaten in die Bowl schichten, die Lammällchen dazu geben und mit Schafjogurt, Bärlauch, Chili und Granatapfelkernen anrichten.