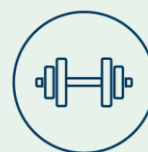




**Atoll**  
Achensee



# Kohlrabi-Karotten-Laibchen

Vorbereitungszeit: ca. 15 Minuten

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

## Zutaten:

- 1 Kohlrabi
- 2 – 3 Karotten
- 1 Zwiebel
- 1 – 2 Knoblauchzehen
- 1 Handvoll geriebenen Käse
- 1 – 2 EL Vollkornmehl
- 1 – 2 EL Brösel
- Olivenöl, Salz, Pfeffer, frische Kräuter

## Sauerrahmdip:

- 1 Becher Sauerrahm
- Schnittlauch
- 1 Knoblauchzehe
- Salz, Pfeffer, Dill

## Zubereitung

1. Die Karotten und den Kohlrabi waschen, schälen und raspeln. Die Zwiebel und den Knoblauch fein hacken und alles in einer Schüssel vermischen und den geriebenen Käse dazugeben.
2. Nun mit dem Vollkornmehl und Brösel vermischen, bis eine gebundene Masse entsteht. Zum Schluss mit Salz, Pfeffer und ein paar Kräutern abschmecken.
3. Das Öl in einer Pfanne erhitzen, kleine Laibchen formen und auf beiden Seiten goldgelb braten.
4. In der Zwischenzeit kann man den Sauerrahmdip zubereiten. Dafür einfach den Sauerrahm mit allen anderen Zutaten verrühren (Knoblauch gepresst) bis eine cremige Masse entsteht.
5. Alles anrichten und bei Bedarf mit Schnittlauch garnieren – Mahlzeit!