

# Maistätschli mit Kohlrabisalat

25 Minuten (Ergibt 16 Stück)



Vegi

ca. 2.10  
pro Person



## Zutaten

- 2 Eier
- 1 dl Milch
- 150g Mehl
- ½ Teelöffel Backpulver
- 2 Dosen Maiskörner  
(je ca. 340g)
- ¾ Teelöffel Salz

Rapsöl zum Braten

- 3 Kohlrabi mit wenig  
Grün (je ca. 300g)
- 2 Esslöffel Kräuternessig
- 3 Esslöffel Rapsöl
- ½ Teelöffel Salz
- wenig Pfeffer

Pro Person: 18g Fett, 16g Eiweiss,  
60g Kohlenhydrate, 1961 kJ (469 kcal)

## Kochanleitung



1 Eier, Milch, Mehl und Backpulver verrühren. Mais abspülen, abtropfen, mit dem Salz begeben, mischen.



2 Maismasse portionenweise mit zwei Löffeln ins heiße Öl geben, beidseitig je ca. 2 Min. braten, warm stellen.



3 Kohlrabi würfeln, Grün in Streifen schneiden. Essig und Öl begeben, würzen. Kohlrabisalat mit den Tätschli anrichten.