

Vegi-Nuggets

Ergibt 24 Stück



1 kg frischer Spinat, 4 EL Olivenöl, 6 Scheiben Vollkorntoastbrot (200 g), 1 Bund glatte Petersilie, 1/2 Bund Pfefferminze, 100 g geriebener Sbrinz, 2 Eier, Salz und Pfeffer, geriebene Muskatnuss, 1/2 Zitrone, abgeriebene Schale, 1 Packung Indian-Curry-Sauce.

Spinat in 1 EL Öl kurz dünsten, bis er zusammenfällt. In ein Sieb geben und leicht ausdrücken, dann grob hacken. Das Brot im Cutter oder mit dem Messer fein hacken. Petersilie und Pfefferminze fein hacken. Spinat, Kräuter, Käse, Eier und zwei Drittel des gehackten Brotes in einer Schüssel gut vermischen, mit Salz, Pfeffer, Muskat und Zitronenschale würzen. Aus der Masse Nuggets formen, in den restlichen Brotbröseln wenden. Im restlichen Öl beidseitig braten. Inzwischen die Currysauce in eine Pfanne geben und erwärmen. Zu den heißen Nuggets servieren. Tipp: Statt frischem Spinat 650 g tief gekühlten, aufgetauten Blattspinat verwenden.