



Vegane Grünkerncevapcici (ca. 20 Cevapcici)

Zutaten

2 Tassen Grünkernschrot + 4 Tassen Gemüsebrühe

½ Zwiebel

2 Knoblauchzehen

1 gehäufter EL scharfer Senf

1 gehäufter EL Tomatenmark

1 EL Paprikapulver (je nach Geschmack mild oder scharf)

100 g Hafer- oder Dinkelflocken

Salz, Pfeffer

Rapsöl zum Herausbraten

Dazu gabs bei mir einen Sommersalat und die Reste einer Grillsauce (hier hab ich keine genauen Mengenangaben für euch)

Für den Salat Tomaten, Gurken, Paprika, evtl. etwas Zwiebel grob schneiden, frische Kräuter untermengen und mit einer Essig-Öl-Marinade abschmecken. Wer möchte kann etwas Feta über den Salat bröseln.

Zubereitung

Grünkernschrot mit Gemüsebrühe aufkochen lassen und im geschlossenen Topf bei niedriger Hitze für 10 Minuten köcheln lassen. Danach Deckel heruntergeben, Herdplatte ausschalten und 10 weitere Minuten auf der Platte stehen lassen. Dabei immer wieder umrühren.

Danach in eine Schüssel füllen und auskühlen lassen.

Zwiebel und Knoblauch schälen und klein schneiden und zum ausgekühlten Grünkernschrot geben. Tomatenmark, Senf, Paprikapulver und Flocken zugeben, zu einer homogenen Masse vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



Mit nassen Händen zu Cevapcici formen. In einer Pfanne Rapsöl erhitzen und Cevapcici auf jeder Seite ca. 5 Minuten bei mittlerer Hitze braten, bis dass sie eine schöne braune Farbe bekommen.

Inzwischen Salat und Sauce zubereiten.

Teller mit Cevapcici, Salat und Sauce anrichten, über Salat evtl. zerbröselten Feta geben.

