

---

---

**Typ:** Gemüse

**Quelle:** VHS Bensheim Kochkurs Janna Elep

\*\*\*

**Bemerkungen:**

**Zutaten:** Zutaten für ca. 10 Stück.  
1 Tasse Couscous  
1 Tasse Gemüsebrühe  
1 Zwiebel  
2 Eier  
Kräuter  
Knoblauch  
Pfeffer  
ÖL

**Rezept:** Die Zwiebel in sehr kleine Würfel schneiden. Zwiebel und Knoblauch mit etwas Öl in einem Topf glasig dünsten. Den Topf mit den Zwiebeln vom Herd nehmen. Couscous, heiße Gemüsebrühe, Eier, Petersilie, Pfeffer zu den Zwiebeln geben und alles ordentlich mischen. Masse 5 Min. quellen lassen. Bratlinge daraus formen und in der Pfanne von beiden Seiten anbraten.

**Tipp:**

Wenn die Couscous-Masse zu flüssig ist, kann man sie mit Semmelbröseln binden.

**Varianten:**

Die Bratlinge können beliebig gewürzt werden. Der Basis-Bratling besteht aus Couscous, Gemüsebrühe und Ei. Zwiebel, Knoblauch, Kräuter und andere Gewürze können beliebig verwendet werden, sodass die Bratlinge immer etwas anders schmecken.