



Gemüsesticks

TM 31 (TM 21*) - 12–16 Stück

100 g	Gouda, mittelalt, in Stücken	½ TL	Oregano
50 g	Parmesan, in Stücken	½ TL	Majoran
500 g	Gemüse, gemischt, davon mind. eine Gemüsezwiebel, sonst Fenchel, Möhren, Zucchini, Porree, Paprika, Brokkoli- und Blumenkohlstiele	½ TL 1 geh. TL	Kümmel Kräutersalz
		3	Tabasco, nach Geschmack Eier
1	Knoblauchzehe	150 - 200 g	Paniermehl
15 - 20 g	Olivenöl		Olivenöl zum Braten

- Gouda in den Mixtopf geben, **5 Sek./Stufe 5 (5 Sek./Stufe 4)** zerkleinern und umfüllen.
- Parmesan in den Mixtopf geben, **10 Sek./Stufe 10** zerkleinern, zum Gouda geben und Mixtopf reinigen.
- Gemüse in Stücken und Knoblauch in den Mixtopf geben und **6–7 Sek./Stufe 4 (8 Sek./Stufe 4)** zerkleinern.
- Olivenöl zugeben und **15 Min./100° /  / Stufe 1** dünsten.
- Gemüsemasse im offenen Mixtopf circa 45 Minuten abkühlen lassen.
- Käse, Gewürze, Eier und Paniermehl (die Menge richtet sich nach dem Wassergehalt des Gemüses) zugeben, **ca. 30 Sek. /  / Stufe 3 (35 Sek./Stufe 3)** mithilfe des Spatels unterrühren und noch einmal abschmecken.
- Aus der Masse längliche Sticks formen, leicht platt drücken und in Olivenöl bei mäßiger Temperatur beidseitig braten, bis die Bratlinge leicht gebräunt sind. Auf Küchentuch abtropfen lassen.

Bemerkungen:

- Eine tolle Verwertung von Gemüseresten.
- Gute Alternative zu Fischstäbchen.
- Schmecken auch kalt als Snack hervorragend.

* Angaben nur bei Abweichung.

