

## Knusprige Brokkoli-Parmesan-Taler mit Joghurt-Dip

VORBEREITEN

20  
Min.

ZUBEREITEN

10  
Min.

NIVEAU



### Zutaten für ca. 8 Taler

#### Für die Taler

1 Brokkoli  
1 großes Ei  
1/2 Zwiebel  
1 Knoblauchzehe  
40 g Parmesan oder vegetarischer Hartkäse  
40 g Mehl  
1 Teelöffel Salz  
1/4 Teelöffel Pfeffer  
Olivenöl

#### Für den Dip

100 g Joghurt  
2 Zweig(e) glatte Petersilie  
2 Teelöffel Zitronensaft  
1/2 Teelöffel Honig  
1 Esslöffel Olivenöl  
Salz, Pfeffer

#### Besonderes Zubehör

Food Processor

leichte und schmackhafte Mahlzeit.

- 1 -

Brokkoli waschen, Stiel abschneiden und Kopf in kleine Röschen zerteilen. Die holzigen Enden des Stiels entfernen. Den Stiel mit einem Messer begradigen und mit einem Sparschäler schälen. Klein schneiden.

- 2 -

Brokkoli in den Food Processor geben und zerkleinern. Eier, Zwiebel, Knoblauchzehe, Mehl und Parmesan hinzufügen und ca. 5 Sekunden zerkleinern. Salz und Pfeffer dazugeben.

- 3 -

Aus der Brokkolimasse 8 bis 10 Taler formen und mit etwas Olivenöl in einer Pfanne von beiden Seiten goldbraun backen.

- 4 -

Petersilie waschen, Blätter von den Stielen zupfen und fein hacken. Joghurt mit Petersilie, Zitronensaft, Honig, Olivenöl, Salz und Pfeffer vermischen.

Außen knusprig und innen weich: Diese Brokkoli-Parmesan-Taler sind in nur wenigen Schritten zubereitet und mit einem cremigen Joghurt-Dip verfeinert eine