



ZUTATEN:

Für 24 Bällchen:

200 g Bulgur

Salz, Pfeffer

Kreuzkümmel

3 TL Gemüsebrühe

2 Karotten

100 g Mehl

2 Eier

BULGURBÄLLCHEN

aus dem Backofen

ZUBEREITUNG:



1. Bulgur waschen.
2. 400 ml Salzwasser aufkochen, und den Bulgur ins Wasser geben, Temperatur reduzieren und 10 Minuten köcheln lassen.
3. Etwas abkühlen lassen
4. Karotten fein reiben, mit den Eiern, dem Bulgur und den Gewürzen vermischen.
5. Aus der Bulgurmasse kleine Bällchen formen und auf ein Blech legen (oder in die Donut Hole Form geben)
6. Bei 200 Grad ca. 20-25 Minuten backen.

Dazu passt ein Kräuterquark oder Hummus

Tipp: Mit einem Eisportionierer lassen sich perfekt kleine Kugeln formen.

