# Grünkern-Bratlinge mit gestovtem Kohlrabi

**Für 4 Portionen**

**Für die Bratlinge:**

| | | |
|---|---|---|
| 250 g Grünkernschrot | 450 ml Brühe | 1 Zwiebel |
| 1 Knoblauchzehe | 1 Möhre | 1/2 Bund Petersilie |
| 2 Eier | Salz, Pfeffer | 60 g Haferflocken |
| 50-100 g Semmelbrösel | Sonnenblumenöl | |

**Für die Beilage:**

| | | |
|---|---|---|
| 2 Kohlrabis | Grün von der Knolle | 50 g Butter |
| 50 g Mehl | 200 g Sahne | Prise Muskat |

**Für die Bratlingmasse:**
Den Grünkernschrot in eine Schüssel geben. Die Brühe einmal aufkochen, über den Grünkernschrot gießen und etwa 20 Minuten quellen lassen.
Für die Bratlinge Zwiebel, Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden.
Die Möhre schälen und fein raspeln, Petersilie hacken.
Den eingeweichten Grünkernschrot mit allen Zutaten vermengen und weitere 10 Minuten ziehen lassen.

**Für Kohlrabi und Béchamelsauce:**
Einen mittelgroßen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen.
Den Kohlrabi schälen und in große Würfel Stifte schneiden, in das kochende Wasser geben und 3 Minuten bissfest garen, anschließend mit einer Kelle aus dem Topf holen, das Kohlrabiwasser aufheben.
Die Butter in einem kleinen Topf schmelzen, das Mehl hinzufügen und umrühren, sodass keine Klumpen entstehen, mit 200 ml Kohlrabiwasser und Sahne aufgießen. Die Sauce dauerhaft umrühren, da sie sehr schnell anbrennt, mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.
Kohlrabi in die Béchamelsauce geben und bei kleinster Hitze warm ziehen lassen.

**Für die Bratlinge:**
Mit leicht angefeuchteten Händen aus der Masse Frikadellen formen.
Eine Pfanne erhitzen und Öl hineingeben, dass der Boden der Pfanne damit bedeckt ist.
Die Bratlinge darin goldbraun ausbacken, danach aus der Pfanne nehmen.
In der gleichen Pfanne das fein geschnittene Kohlrabigrün kurz schmoren, dabei mit Salz würzen.

**Anrichten:**
Kohlrabi und Bratlinge auf Tellern anrichten und mit dem Kohlrabigrün garnieren.

Zora Klipp am 23. Mai 2025