



### Sesamlaibal mit Joghurtsoße

Menge	Zutaten	Zubereitung
300g	Haferflocken (fein)	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Haferflocken mit warmen Wasser übergießen und vermischen. 30 min. ziehen lassen.</li><li>2. Eier, kleingeschnittene Zwiebeln und grob geraspelte Gelberüben untermengen. Teig sollte eine gut formbare Konsistenz haben aber nicht zu fest sein. Falls zu fest noch etwas Wasser zugeben. Falls zu weich noch etwas Haferflocken unterkneten.</li><li>3. Mit Curry, Salz, Sojasoße und Knoblauch abschmecken.</li><li>4. Mit Eisportionierer Kugeln abstechen, in Sesam wenden und zu Laiberl formen.</li><li>5. Im heißen Fett braten.</li><li>6. Für die Soße Joghurt mit Salz und Zucker abschmecken und den Schnittlauch sowie den geriebenen Knoblauch unterrühren.</li></ol>
ca. ½ l	Wasser	
2	Eier	
1	Zwiebel	
2	Gelberüben	
1 Zehe	Knoblauch	
	Salz, Curry	
	Sojasoße	
	Sesam	
	<b>Joghurtsoße:</b>	
200g	Joghurt (4% Fett)	
1	Knoblauchzehe	
1 Bund	Schnittlauch	
	Salz, Zucker	

Viel Spaß beim Zubereiten wünscht

*Margarete Stöger*

staatl. gepr. hauswirtschaftliche Betriebsleiterin