

## Grünkernbratlinge



### Zutaten

140 g Grünkern  
  
 ½ l Wasser  
 1 TL Gemüsebrühe  
 1 Lorbeerblatt  
  
 100 g Porree oder  
 Lauchzwiebel  
 1 Zwiebel, gehackt  
 1 Ei  
 40 g gehackte Walnüsse  
 50 g gerieb. Käse  
 1 TL Majoran  
 Salz, Pfeffer  
 Paniermehl

### Zubereitung

grob schroten  
  
 mit den Gewürzen zum Kochen bringen, Grünkern unter Rühren einstreuen, etwa 20 Min. ausquellen lassen und das Lorbeerblatt herausnehmen  
  
 Porree putzen, fein schneiden, mit den anderen Zutaten unter den abgekühlten Grünkern geben, kräftig abschmecken, soviel Paniermehl zugeben, bis sich der Teig zu kleinen, flachen Bratlingen formen lässt

Die Bratlinge werden in heißem Fett von beiden Seiten jeweils 5 Min. gebraten. Man kann sich auch mit Öl bestreichen und im Backofengrill grillen.