

# Linsen - Hackfleischbällchen mit Limonen Joghurt - Dip

- **Portionen:** 10
- **Vorbereitungszeit:** 20m
- **Zubereitungszeit:** 20m
- **Fertig in** 40m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '40', 'cook_time' : '20m', 'prep_time' : '20m', 'servings' : '10', 'yield' : '' });
```

Knusprig pikante Happen zur Fingerfood, zum Glas Wein o. ä.

## Zutaten

- Für die Bällchen:
- 100 g gekochte, rote Linsen
- 250 g gemischtes Hackfleisch
- 2 El Olivenöl
- 1 mittelgroße Zwiebel, gewürfelt
- 1 - 2 fein geschnittene Knoblauchzehen
- 1 fein geschnittene Chilischote
- 1 Scheibe Toastbrot in Würfeln
- Etwas Milch
- 3 El gehackte Petersilie
- Salz, Pfeffer, Rosenpaprika
- Rapsöl zum Braten
- Für den Limonenjoghurt Dipp:
- 250 g Bio Joghurt
- Saft einer Limone
- Abrieb einer ¼ Limone
- Etwas frischen Knoblauch (geht auch ohne)
- Salz und Pfeffer oder Cayenne

## Zubereitungsart

### Schritt1

Vorgehensweise in folgenden Schritten.

## **Schritt2**

Die Linsen - Hackfleischbällchen:

## **Schritt3**

Die Toastbrotwürfel in etwas Milch einweichen.

## **Schritt4**

Die Zwiebeln, die Chili Schote und dem Knoblauch glasig andünsten, die gehackte Petersilie dazu geben, etwas abkühlen lassen.

## **Schritt5**

Das Gehackte zunächst mit dem ausgedrückten Toastbrot und den Zwiebel zu einer glatten, homogenen Masse verarbeiten. Pikant mit Salz, Pfeffer, ev. etwas Rosenpaprika abschmecken.

## **Schritt6**

Die gekochten Linsen und das Olivenöl unter arbeiten, vermengen.

## **Schritt7**

Mit feuchten Händen 30 - 40 g schwere Bällchen formen und in heißem Rapsöl „schwimmend“, 4 - 5 min. knusprig heraus backen.

## **Schritt8**

Der Limonenjoghurt Dipp:

## **Schritt9**

Alle Zutaten miteinander mischen, glatt rühren.

**Rezeptart:** Fingerfood **Tags:** preiswert, resteverwertung, zum glas wein

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/linsen-hackfleischbaellchen-mit-limonen-joghurt-dip/>