



Reisbällchen mit Mozzarellafüllung auf Sellerie-Radicchiogemüse

Zutaten für vier Personen

120 g Rundkornreis
250 ml Gemüsebrühe
80 g Kochschinkenwürfel
1 TL Chiliflocken
1/4 Bund Basilikum, geschnitten
16 Mozzarellabällchen
3 EL geriebener Parmesan
1 EL Olivenöl

2 Staudensellerie
1 EL Olivenöl
2 Kopf Radicchio
Saft von 1 Zitrone
Salz, Pfeffer

Garnitur:

2 EL Chilifäden

Zubereitung (circa 40 Minuten)

Reis in die erhitzte Gemüsebrühe (im Verhältnis 1:2) geben, aufkochen und köcheln lassen bis die Flüssigkeit aufgesogen ist. Gehackte Schinkenwürfel zugeben, gut vermengen, mit Salz und Pfeffer würzen. Chiliflocken mit unterheben, fein geschnittenen Basilikum untermengen. Von der Masse Bällchen formen, mit dem Daumen eine Delle eindrücken, Mozzarellabällchen reindrücken, gut ummanteln, in heißem Olivenöl goldgelb ausbraten und mit Parmesan bestreuen.

Vom Staudensellerie die Fäden ziehen, in Stücke schneiden, Radicchio aufblättern, zerpflücken, in heißem Olivenöl angehen lassen, mit Zitronensaft beträufeln und mit Salz und Pfeffer würzen. Als Bett auf einem flachen Teller anrichten, Reisbällchen daraufsetzen, mit Chilifäden garnieren.

Nährwerte pro Person

378 kcal – 20 g Fett – 20 g Eiweiß – 33 g Kohlenhydrate – 3 BE

Dieses Gericht ist gluten- und eifrei.