Milzschnitten

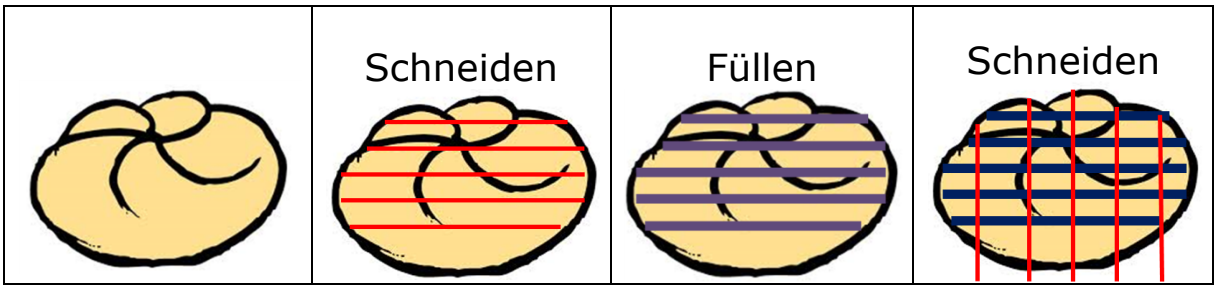
www.fitdurchsleben.com

Zutaten für ca. 20 Portionen:

1	St.	Rindermilz - ergibt
250	g	Rindermilz, ausgeschabt
60	g	Butter
80	g	Zwiebel, feine Würfel
2	St.	Knoblauchzehe, gehackt
2	St.	Ei, M
		Salz, Pfeffer, Majoran
5	St.	Semmeln

Herstellung:

1. Zwiebel und Knoblauch in Butter goldgelb ansautieren und kurz überkühlen.
2. Mit den restlichen Zutaten miteinander vermengen und gut abschmecken.
3. Semmeln im 1 cm Abstand mehrmals ¾ einschneiden.
4. In den Zwischenräumen die Milzmasse schmieren.
5. Im vorgeheizten Kombidämpfer bei 150 °C ca. 20 Minuten backen.
6. Semmeln überkühlen entgegen der Milzfüllung in Scheiben schneiden.



Andreas Virgolini

Dipl. Diätkoch, Küchenmeister