

# Hirsetopfenlaibchen

[www.fitdurchsleben.com](http://www.fitdurchsleben.com)

Zutaten für 8-12 Laibchen:

- 40 g Butter
- 70 g Zwiebel, kleingewürfelt
  
- 150 g Goldhirse
- 250 ml Gemüsefond
  
- 450 g Topfen
- 2 ST Eidotter
- Salz, Pfeffer aus der Mühle
  
- ca. 40 g Semmelbrösel, zum Wälzen
  - Beschichtete Pfanne mit Pflanzenöl zum Braten

Herstellung:

1. Hirse in einem Sieb mehrmals mit heißem Wasser abspülen.
2. Zwiebel in Butter anschwitzen – Hirse hinzugeben – kurz angehen lassen – mit Gemüsefond auffüllen – aufkochen lassen – Herd auf 1/3 zurückschalten und zugedeckt ca. 20 Minuten quellen lassen.
3. Falls nach 20 Minuten noch Fond im Topf ist – Flüssigkeit ohne Deckel verdunsten lassen – auskühlen lassen.
4. Topfen und Eidotter unter die Masse einrühren – abschmecken.
5. 8-12 gleichgroße Knödel formen – flachdrücken – formen.
6. In den Semmelbrösel wälzen und in einer beschichteten Pfanne mit etwas Pflanzenöl auf beiden Seiten jeweils 3 Minuten bei mäßiger (ca. 2/3) Hitze braten.

