# Brokkoli-Käse-Bällchen

## Zutaten für 20 Stück

- 1 kg Brokkoli (frisch oder Tiefkühlware)
- 100 g Haferflocken
- 1 EL Öl
- 1 TL Salz
- 200 g geriebener Käse (wir nehmen Gouda)

| | |
|---|---|
| **Arbeitszeit:** | ca. 15 Minuten |
| **Kochzeit/Backzeit:** | ca. 40 Minuten |
| **Gesamtzeit aktiv:** | ca. 55 Minuten |

## Zubereitung:

1. Wasche den Brokkoli und zerteile ihn in einzelne Röschen. Koche ihn 4 Minuten in Salzwasser. Gieße ihn dann ab, gib ihn in eine Schüssel und zerkleinere ihn grob mit einem Pürierstab oder Mixer.
2. Gib nun die Haferflocken, das Öl, den Käse und das Salz dazu. Ergänze nach Belieben weitere Gewürze: etwas geriebener Muskat oder Pfeffer passen ganz wunderbar.
3. Forme aus der Brokkoli-Käse-Mischung kleine Bällchen Lege sie auf ein mit Backpapier belegtes Blech legt. Backe sie 30 Minuten im auf 160°C Ober-/Unterhitze vorgeheizten Ofen.

Besuch uns gern wieder auf familienkost.de und stöber in unserem Shop.