Verbraucherzentrale Südtirol
Finanziert vom MIMIT D.D. 12. Mai 2025

info@verbraucherzentrale.it

Gebackene Reisbällchen

Kartoffeln, Reis, Nudeln und Co
Für die Verwertung von übrig gebliebenem Risotto
Pfannengerichte
Aus der Rezeptsammlung „Reiche Ritterinnen – Le Avanzarotte“ (Verdi – Grüne – Vërc, Bozen, 2020)

Zutaten:

- Reste von Risotto
- n.B. Mozzarella oder anderer Käse
- Mehl
- Ei
- Semmelbrösel
- Öl zum Frittieren bzw. Braten

Zubereitung:

Mit einem Löffel je eine kleine Portion Risotto entnehmen und zwischen den feuchten Händen zu Kugeln formen. Je nach Geschmack kann man vor dem Panieren ein kleines Stück Käse (z.B. Mozzarella) in die Mitte der Reisbällchen drücken. Die Bällchen zuerst in Mehl rollen, dann im verquirlten Ei und zuletzt in den Semmelbröseln wenden. In reichlich Öl frittieren und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die Reisbällchen können mit einem Salat serviert werden, schmecken aber auch ohne Beilage köstlich.

Zeitaufwand: rund 25 Minuten

Tipp:

Diese Reisbällchen sind eine vereinfachte Version der sizilianischen Arancini (Supplì). Sie werden aus übrig gebliebenem Risotto zubereitet. Noch einfacher ist die Zubereitung, wenn man das Ei bereits mit dem Risotto vermischt, ein paar EL Mehl zugibt, um die Masse zu binden, und flache Reislaibchen formt. Diese braucht man nicht zu frittieren, sondern kann sie in einer Pfanne braten.

** vegetarisch bei Verwendung von Risotto ohne Fleisch*