



Quarkbällchen

Zutaten

(ca. 48 Stück)

Teig

140 g	Reismehl
70 g	Kartoffelmehl (Stärke)
9 g	Johannisbrotkernmehl
7 g	Flohsamenschalen, gemahlen
1 Pck.	Backpulver
1 Pr.	Jodsalz
125 g	Zucker
2 Pck.	Vanillezucker
250 g	Quark 0,3 %
3	Eier (Klasse M)
1 l	Frittierfett

Garnitur

142 g	Zucker
1 Pck.	Vanillezucker

Zubereitung

- Mehl mit Backpulver, Verdickungsmittel und Jodsalz mischen
- Zucker, Vanillezucker, Quark und Eier zu der Mehlmasse geben und mit dem Handrührgerät verrühren
- Das Frittierfett langsam in einem Topf auf ca. 180°C erwärmen. (Mit Thermometer oder einem Holzstiel eines Kochlöffels die Temperatur überprüfen)
- Mit zwei Teelöffeln Kugeln aus dem Teig formen und vorsichtig in das heiße Fett geben
- Quarkbällchen ca. 3-5 Minuten gelb-gold im heißen Fett backen, dabei regelmäßig wenden
- Mit einer Schaumkelle herausnehmen und auf einem Küchentuch abtropfen lassen
- Zucker und Vanillezucker vermischen, anschließend die noch warmen Quarkbällchen darin wälzen



Nährstoffangaben

	kcal	KJ	Eiweiß	Fett	Kohlenhydrate	KE	Ballaststoffe
Gesamt	4043	16918	66,9 g	238,5 g	413,0 g	41	20,0 g
Pro Stück	84	353	1,4 g	5,0 g	8,6 g	8,5	0,3 g