



## Poulet-Bällchen mit Zitronen-Dip

Zubereitungsdauer ca. 30 min

### Zutaten für 4 Portionen:

300 g	Pouletbrust, fein gehackt
1 Scheibe	Toastbrot
1	Eigelb
1	Schalotte, fein gehackt
1 dl	Milch (auch mit Wasser möglich)
1 EL	Zitronenthymian
½ TL	Salz
	Pfeffer
	Olivenöl

### Für Zitronen-Dip:

180 g	Naturejoghurt
2 EL	Mayonnaise
1	Zitrone (½ abgeriebene Schale)
	Salz und Pfeffer

### Zubereitung:

#### Schritt 1

Für den Dip Joghurt, Mayonnaise und Zitronenschale gut miteinander verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Danach zugedeckt kühl stellen.



## Zubereitung:

### Schritt 2

Für die Bällchen die Rinde der Toastbrotsscheibe entfernen, das Toastinnere in der Milch oder mit Wasser einweichen und die Flüssigkeit anschliessend gut ausdrücken.

### Schritt 3

Anschliessend mit der fein gehackten Pouletbrust, dem Eigelb, der fein gehackten Schalotte, dem Zitronenthymian, Salz und wenig Pfeffer in einer Schüssel sehr gut mischen.

### Schritt 4

Masse mit den Händen zu 12 baumnussgrossen Kugeln formen und in Olivenöl ca. 5 min anbraten.

### Schritt 5

Die Poulet-Bällchen lauwarm mit dem kalten Dip servieren.

Tipp: Dazu passt sehr gut Salat oder Gemüse