

Kartoffel-Zucchini-Möhren-Puffer

Zutaten:

500 g Kartoffeln

200 g Möhren

1 Zucchini

4 El Mehl

1 Ei

Quark-Dip:

250g 20%igen Quark

Petersilie

Schnittlauch

Thymian

5 El Öl

5 El Milch oder Joghurt

1 TL Zucker oder flüssigen

Honig

2 Lauchzwiebeln oder 1 Zwiebel

1 Knoblauchzehe

Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Die Zucchini mit einer Küchenreibe feinraspeln.

Die Zucchini etwas salzen und kurz ziehen lassen, den Saft der Masse abschütten.

Die geschälten Kartoffeln und Möhren ebenfalls reiben und in eine ausreichend große Schüssel mit Zucchini, Ei und Mehl verrühren.

Die Puffer mit 2 Eßlöffeln portionsweise in einer Pfanne mit reichlich Öl goldbraun von jeder Seite ausbacken.

Die Kräuter feinhacken und in eine Schüssel geben.

Quark, Öl und Joghurt hinzugeben und vermengen.

Zwiebeln und Knoblauch feinschneiden und unterheben.

Mit Salz, Pfeffer und Honig abschmecken.



Obsthof Großmonra

Steffen Schneider | Kirchstr. 28 | 99625 Kölleda OT Großmonra
Telefon: 015755179088 | E-mail: info@obsthof-grossmonra.de