

Moin,

auch dieses Jahr werden wir euch an dieser Stelle monatlich eine Anregung aufzeigen ...

... dann lasst uns mal schauen, was heute auf den Tisch kommt ...



Kartoffelpuffer

Als Kartoffelpuffer (auch verkürzt Puffer), Kartoffelfannkuchen oder Reibekuchen bezeichnet man einen gebackenen Kartoffelfladen. Kartoffelpuffer werden als eigenständiges Gericht, Sättigungsbeilage oder als Bestandteil für andere Speisen verwendet.

Quelle: <https://de.wikipedia.org/wiki/Kartoffelpuffer>



Neben der Standardausführung mit Apfelmus gibt es sie in verschiedenen Ausführungen:



... aber eines ist allen gemein – sie sind meist sehr fettig, knusprig und schmecken richtig g..!!

Heute gehen wir es einmal anders an:

Herstellung:

Arbeitszeit: ca. 40 Min.

Ruhezeit: ca. 3 Stdn.

Koch-/Backzeit: ca. Min.

Gesamtzeit ca. 3 Stdn. 40 Min.

Gemüsepuffer bzw. Reibekuchen mit Steckrübe vom Blech

Zutaten für 2 Personen:

- ½ kleine Steckrübe
 - ¼ Sellerieknolle
 - ½ Pastinake
 - 2 Karotten
 - 2 Zwiebeln
 - 2 Eier oder Ersatz
 - etwas Mehl
 - Salz
 - Pfeffer + Muskat, frisch gemahlen
- Quark:
- 250g Quark
 - 125g Skyr
 - 125g Magerjoghurt (3,5%)
 - 1 Zwiebel
 - Pfeffer, Salz
 - n.Bel. Kräuter wie Frühlingszwiebel, Schnittlauch
 - 1 TL Balsamico/Kürbiskernöl, optional

Zubereitung:



- Backofen auf 180° C Umluft vorheizen.
- Gemüse waschen und putzen. Danach Gemüse und Zwiebel schälen, alles klein raspeln, in eine Schüssel füllen und salzen; zunächst beiseitestellen und den Quark zubereiten.
- Zutaten vermengen. Je nach Geschmack Kräuter untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken – evtl. einen Schuss Balsamico oder Kürbiskernöl mit hineinemischen.
- Flüssigkeit aus der Schüssel mit dem Gemüse abgießen. Eier/Ersatz und Mehl (etwa 3 EL) untermengen und gut vermischen, anschl. mit Pfeffer und Muskatnuss würzen.
- Masse auf ein mit Backpapier belegtes Blech füllen, dünn verstreichen und im Backofen ca. 25 Min. garen.
- Puffer zusammen mit dem Quark servieren.



Guten Appetit! ☺

Herstellung:

Arbeitszeit: ca. 20 Min.
Gesamtzeit ca. 45 Min.

Ruhezeit: ca. Tag

Koch-/Backzeit: ca. 25 Min.