

kartoffelpuffer



zutaten für 4 Personen



1 kg große Kartoffeln
(vorwiegend festkochend)



2 Eier



1 mittelgroße Zwiebel



2 EL Vollkornmehl



2 TL Jodsalz mit Fluorid



etwas Pfeffer



Rapsöl zum Braten



küchenwerkzeuge **zeit** 40 min

- Küchenmesser
- Schneidebrett
- Sparschäler
- Küchenreibe
- große Schüssel
- große beschichtete Pfanne
- Pfannenwender
- Löffel
- Teller mit Küchenpapier

* variation

Muskatnuss hinzufügen.
Es können auch mehlig kochende
Kartoffeln verwendet werden.

www.in-form.de
www.diekuechenpartie.de

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



zubereitung für 4 Personen

- 1** Zwiebel schälen und in sehr kleine Würfel schneiden.
- 2** Kartoffeln schälen, waschen und roh grob oder fein reiben. Kartoffelraspel in eine große Schüssel geben, ausdrücken und Flüssigkeit abgießen.
- 3** Zwiebeln, Eier und Mehl sorgfältig unter die Kartoffelraspel mischen und mit Salz und Pfeffer würzen.
- 4** Die Pfanne aufheizen und dann 1 EL Rapsöl hinzugeben.
- 5** Je Puffer etwa 2 EL Teig hineingeben, flach drücken und von beiden Seiten goldbraun braten. Rapsöl bei Bedarf nachgeben und die Temperatur etwas runterregeln.
- 6** Die Puffer kurz auf ein Küchenpapier legen und abtropfen lassen, noch heiß servieren.

eigenenotizen



Tipps+Tricks

- Wer die Puffer mit Struktur mag, reibt grob, wer lieber glatte Puffer mag, reibt fein.
- Bratet einen kleinen Puffer zur Probe, um zu testen, ob die Würze stimmt.
- Haltet die Puffer warm, indem ihr den Ofen auf 50°C vorheizt. Legt sie dafür einfach unbedeckt in eine feuerfeste Form.

zusammen**lecker**kochen

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages