

REZEPT DER WOCHE

KW 09 24.02. – 02.03.2025

Zucchini-Süßkartoffelpuffer mit Joghurtdip

(Für 4 Personen)



Das brauchen Sie:

2	Süßkartoffeln	(Art.Nr. 520)
2	Zucchini	(Art.Nr. 180)
1	Ei	(Art.Nr. 1989)
3 EL	Semmelbrösel oder Mehl	(Art.Nr. 6016 oder 5881)
2 TL	Kartoffelgewürz	(Art.Nr. 8169)
4 EL	Bratöl	(Art.Nr. 8324)
150 g	Joghurt	(Art.Nr. 2042)
2 TL	Zitronensaft	(Art.Nr. 1760)
	etwas Dill oder Minze	(Art.Nr. 453)
	etwas Salz	

Und so geht's:

Zucchini waschen und die Enden abschneiden. Die Süßkartoffel schälen. Beide Gemüse mit einer Gemüsereibe grob reiben. Das geriebene Gemüse in ein Küchentuch geben und gut ausdrücken. Je trockener die Raspel sind, desto besser gelingen die Puffer.

Die ausgedrückte Masse mit 1 Ei, 3 EL Semmelbröseln oder Mehl, Gewürzen und Salz vermischen und gut durchkneten. Bratöl in einer Pfanne erhitzen und je 1 EL der Masse in die Pfanne geben und flachdrücken. Von beiden Seiten goldbraun braten und zum Warmhalten in den vorgeheizten Ofen legen.

Für den Joghurtdip Joghurt mit 2 TL Zitronensaft, klein geschnittenem Dill und einer Prise Salz vermengen und zu den Puffern servieren

Wir wünschen Ihnen gutes Gelingen!

DECKERSBIOHOF

Ottenhofener Straße 27
77815 Bühl-Weitenung

Telefon 07223 8062230
E-Mail info@deckersbiohof.de