



REZEPT DES MONATS SEPTEMBER
KNUSPRIGE HERBSTPUFFER
MIT GRÜNEM SALAT

So schmeckt unsere Region

Meine Region.
Meine Produkte.
Mein Markt.

ZG Raiffeisen
Markt



Hi, ich bin Lena von Lenaliciously – einem Blog mit veganen, teilweise gluten- und zuckerfreien Rezepten! Schaut doch mal rein, probiert die super leckeren Rezepte aus und lasst es Euch schmecken ...



RMV 230077



ZUTATEN

FÜR DIE PUFFER:

350 g Kartoffeln*
2 Karotten
1 TL Petersilie*
1/2 TL Paprikapulver,
edelsüß*
Salz*
Pfeffer*
1-2 EL Mehl*
1-2 EL Olivenöl*

FÜR DEN SALAT:

100 g gemischter Salat,
gewaschen
1/4 Salatgurke
1/4 rote Zwiebel
2-3 Radieschen
2 EL Petersilie*
1 EL Dill
1 EL Olivenöl*
1 TL Apfelessig*
1/2 TL Senf*
1/2 TL Ahornsirup*
Salz* und Pfeffer*

*Diese Zutaten erhalten Sie
in Ihrem ZG Raiffeisen Markt.

KNUSPRIGE HERBSTPUFFER MIT GRÜNEM SALAT



20-25 Minuten Zubereitungszeit



2-4 Personen

Zubereitung:

Kartoffeln und Karotten schälen und fein reiben. Petersilie hacken und mit den Kartoffeln, Karotten, Paprikapulver, Salz, Pfeffer und Mehl in eine Schüssel geben und zu einem Pufferteig vermischen. Anschließend aus dem Teig Puffer formen.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Puffer nacheinander von beiden Seiten goldbraun anbraten.

Für den Salat die Gurke, Zwiebel und Radieschen in feine Ringe schneiden. Die Kräuter fein hacken. Den gemischten Salat mit Gurke, Zwiebel, Petersilie und Radieschen vermischen. Für das Dressing Olivenöl mit Apfelessig, Senf und Ahornsirup verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und zu dem Salat geben.

Die Herbstpuffer mit dem Salat anrichten und genießen.



www.lenaliciously.com