

Sellerie-Kartoffelpuffer

Kartoffel-Gerichte » Kartoffel-Puffer

Zutaten (4 Personen)

- » 25g Erdnüsse
- » 1 Zwiebel(n)
- » 1/2 Knoblauchzehe(n)
- » 3 EL Weißwein-Essig
- » 1-2 TL Sojasoße
- » 1 Msp. Ingwer
- » 1 Msp. Koriander
- » Salz & Pfeffer
- » 7 EL Öl
- » 200g Cocktailtomaten
- » 1 Bd. Schnittlauch
- » 750g Sellerie
- » 500g Kartoffel(n)
- » 2 Ei(er)
- » 3 EL Mehl
- » 125g Feldsalat

Bewertung



Beschaffung

in jedem Discounter



Kosten

11-15€



Zubereitungszeit

61-90min

Zubereitung

1. Erdnüsse grob hacken und in einer Pfanne ohne Fett rösten. Abkühlen lassen. Zwiebel in feine Würfel schneiden. Den Knoblauch durch eine Knoblauchpresse drücken, mit Essig, Sojasoße, Erdnüssen, Zwiebel, Ingwer, Koriander, etwas Salz und Pfeffer verrühren. 3EL Keimöl darunter schlagen.

2. Tomaten vierteln. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Sellerie und Kartoffeln grob reiben, mit Schnittlauch, Eiern und Mehl gut vermischen. Kräftig mit Salz und Pfeffer würzen.

3. Öl in einer Pfanne erhitzen, mit einem Esslöffel 3 kleine, flache Teigpuffer in die Pfanne setzen und unter Wenden goldbraun braten. Warm stellen. Aus der restlichen Masse ca. 15 weitere Puffer backen. Feldsalat, Tomaten und Vinaigrette mischen und mit den Puffern anrichten.

Nährwerte: 390kcal/E12g/F25g/KH29g pro Portion

angelegt am: 22.02.2005

Rezept-Nr: 1567

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2024 M.Hennicke