

Kartoffel-Zucchini-Puffer

Knusprige Puffer aus geraspelten Kartoffeln und Zucchini, einfach in der Pfanne gebraten und ganz ohne Ei.

4 Portionen · 20 min + 25 min

Zutaten

- 480g Zucchini
- 400g Kartoffeln, vorwiegend festkochend
- 1 Zwiebel
- 4 EL Mehl
- 2 EL Speisestärke
- 1 TL Salz
- eine Prise Pfeffer
- eine Prise Muskatnuss
- 4 EL neutrales Öl zum Braten

Zubereitung

1. Kartoffeln schälen, Zucchini und Zwiebel putzen. Alles grob raspeln und in ein sauberes Geschirrtuch geben.
 2. Die geraspelte Masse im Tuch kräftig auswringen, damit möglichst viel Flüssigkeit entweicht. Je trockener die Masse, desto knuspriger werden die Puffer später.
 3. Mehl, Speisestärke, Salz, Pfeffer und Muskatnuss zur ausgedrückten Masse geben und gut vermengen, bis eine formbare Masse entsteht.
 4. Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Portionsweise Häufchen der Masse hineingeben und mit einem Pfannenwender flach drücken.
 5. Die Puffer bei mittlerer Hitze von jeder Seite 3 bis 4 Minuten braten, bis sie goldbraun und knusprig sind.
 6. Fertige Puffer kurz auf Küchenpapier abtropfen lassen und sofort servieren.
-

Tipp

Schmecken klassisch mit Apfelmus oder einem Klecks pflanzlichem Joghurt mit Kräutern.

Potato and Courgette Fritters

Crispy fritters made from grated potatoes and courgette, fried in the pan and completely egg-free.

serves 4 · 20 min + 25 min

Ingredients

- 480g courgette
- 400g potatoes (waxy)
- 1 onion
- 4 tbsp flour
- 2 tbsp cornflour
- 1 tsp salt
- a pinch of pepper
- a pinch of nutmeg
- 4 tbsp neutral oil, for frying

Preparation

1. Peel the potatoes and trim the courgette and onion. Coarsely grate everything and place it in a clean tea towel.
2. Wring out the grated mixture firmly in the towel to remove as much liquid as possible. The drier the mixture, the crispier the fritters will be.
3. Add the flour, cornflour, salt, pepper and nutmeg to the squeezed mixture and mix well until it holds together.
4. Heat the oil in a large frying pan. Add small portions of the mixture in batches and flatten them with a spatula.
5. Fry the fritters over medium heat for 3 to 4 minutes on each side, until golden and crisp.
6. Drain the cooked fritters briefly on kitchen paper and serve immediately.

Tip

Classic with apple sauce or a dollop of herby plant-based yoghurt.