Rezept

Kartoffel-Möhren-Puffer mit Apfelmus

Ein Rezept von Kartoffel-Möhren-Puffer mit Apfelmus, am 19.05.2025

Zutaten

700 g	säuerliche Äpfel
1	Zimtstange
400 g	Möhren
4 EL	Mehl
	frisch geriebene Muskatnuss
70 g	Zucker
600 g	mehlig kochende Kartoffeln
1	Ei
	Salz
4 EL	Butterschmalz

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 390 kcal

Zubereitung

1. Die Äpfel vierteln, schälen und vom Kerngehäuse befreien. In Schnitze schneiden und mit dem Zucker, 1/8 l Wasser und der Zimtstange in einem Topf zugedeckt bei schwacher Hitze etwa 15 Min. garen.

2. Inzwischen die Kartoffeln und die Möhren schälen und in der Küchenmaschine fein raspeln (mit der Gemüsereibe geht es auch, dauert aber länger). Die Mischung abtropfen lassen und mit dem Ei und dem Mehl mischen. Mit Salz und etwas Muskat abschmecken.

3. Jeweils Butterschmalz in einer großen Pfanne erhitzen. Aus der Gemüsemasse kleine Puffer in die Pfanne setzen und bei mittlerer Hitze pro Seite 4-5 Min. braten.

4. Die Zimtstange entfernen, die Äpfel zerstampfen, eventuell noch leicht zuckern und zu den Puffern servieren.