

Rezept

# Kürbisküchlein mit Kräuterquark

Ein Rezept von Kürbisküchlein mit Kräuterquark, am 09.06.2026

## Zutaten

<b>350 g</b> Kürbis (geputzt gewogen)	<b>300 g</b> Möhren
<b>300 g</b> Lauch	<b>4 EL</b> Mehl
<b>2</b> Eier	Salz
Pfeffer	<b>1 TL</b> Currypulver
<b>250 g</b> Sahnequark	<b>1 EL</b> gehackte Petersilie
<b>1 EL</b> gehackter Schnittlauch	Sonnenblumenöl zum Braten

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 395 kcal

## Zubereitung

1. Den Kürbis schälen, entkernen und raspeln. Die Möhren putzen, schälen und ebenfalls raspeln. Den Lauch putzen, in dünne Ringe schneiden, waschen und abtropfen lassen.

---

2. Kürbis, Möhren und Lauch in einer Schüssel mit dem Mehl und den Eiern gut vermengen, mit Salz, Pfeffer und Curry gut abschmecken. In einer Schüssel den Quark mit den Kräutern cremig rühren und mit Salz und Pfeffer würzen.

---

3. Reichlich Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Jeweils 1 EL der Masse in das heiße Öl setzen und etwas flach drücken. Die Küchlein von beiden Seiten in 4-5 Min. knusprig braten, warm halten. Mit dem Kräuterquark servieren.