Rezept

Kürbispuffer

Ein Rezept von Kürbispuffer, am 13.06.2025

Zutaten

- **2** Frühlingszwiebeln
- **150 g** Naturjoghurt
- Pfeffer
- **1** Kästchen Kresse
- 1/2 Bund glatte Petersilie
- **1** Ei
- Salz
- Muskatnuss, frisch gerieben
- **250 g** Quark (20 % Fett)
- Salz
- 2-3 TL Zitronensaft
- **500 g** Kürbis (z. B. Muskatkürbis, Butternut)
- **75 g** Emmentaler, frisch gerieben
- 1-2 EL Mehl
- Pfeffer
- 4-6 EL Butterschmalz

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 440 kcal

Zubereitung

1. Frühlingszwiebeln putzen und waschen. Weiße Teile fein hacken, grüne in Röllchen schneiden. Mit Quark und Joghurt verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen. Kresse vom Beet schneiden und unterrühren.

2. Für die Puffer Kürbis schälen und putzen. Kürbisfleisch grob raffeln. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blättchen fein hacken. Käse, Ei, Petersilie und 1 EL Mehl unterrühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskat pikant würzen. Falls zu wässrig, 1 EL Mehl unterrühren.

3. Jeweils etwas Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen, je 1 geh. EL Kürbismasse hineingeben, leicht flach drücken. Puffer beidseitig in 2-3 Min. knusprig braten, auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die ganze Masse so verarbeiten. Die Puffer mit Dip servieren.