

Rezept

Möhren-Kartoffel-Puffer

Ein Rezept von Möhren-Kartoffel-Puffer, am 10.06.2026

Zutaten

150 g Magerquark	1 TL mittelscharfer Senf
4 EL Sahne	1 EL Mayonnaise
1 EL Mineralwasser	1 Bund gemischte Kräuter
Salz	Pfeffer
250 g mehligkochende Kartoffeln	2 Möhren
2 EL Mehl	3 EL Sesamsamen
2 TL Meerrettich (aus dem Glas)	1 Ei (M)
2 EL Crème fraîche	2 EL Öl

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 595 kcal

Zubereitung

1. Quark mit Senf, Sahne, Mayonnaise und Wasser glatt rühren. Die Kräuter abbrausen und trocken schütteln, Blättchen fein hacken, unter die Quarkmasse rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
2. Kartoffeln und Möhren schälen und auf einer Küchenreibe grob raspeln. Mit Mehl, Sesam, Meerrettich, Ei und Crème fraîche mischen, mit Salz und Pfeffer würzen. Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Acht Teigportionen hineinsetzen und zu flachen Puffern drücken. Bei mittlerer bis starker Hitze beidseitig je 3-4 Min. braten. Mit dem Quark essen.