

Rezept

Nussige Möhren-Rösti

Ein Rezept von Nussige Möhren-Rösti, am 01.07.2026

Zutaten

500 g Möhren	50 g Walnusskerne
2 Schalotten	½ Bund Petersilie
2 Eier (Größe M)	Salz
schwarzer Pfeffer	40-60 g Mehl (Type 1050)
60 g feine Haferflocken	½ TL Chiliflocken (z. B. Piment d'Espelette)
2-3 EL Olivenöl	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 310 kcal

Zubereitung

1. Die Möhren schälen und mittelfein raspeln. Die Walnusskerne nicht zu fein hacken. Die Schalotten schälen und fein würfeln. Petersilie abbrausen, trocken tupfen und hacken.
2. Die Eier mit Salz und Pfeffer in einer Schüssel glatt rühren. Das Mehl dazusieben, alles zu einem glatten Teig verrühren. Sehr feuchte Möhrenraspel mit Küchenpapier ausdrücken. Möhren, Nüsse, Petersilie, Haferflocken und Chiliflocken untermischen. Etwa 15 Min. quellen lassen.
3. Den Ofen auf 80° vorheizen. Mit einem Esslöffel kleine Mengen von der Masse abstechen. Das Öl in einer Pfanne erhitzen, die Teigmenen etwas flach drücken und die Rösti auf jeder Seite etwa 2 Min. bei mittlerer Hitze goldgelb und knusprig braten. Die fertigen Rösti im heißen Ofen warm halten.