

Rezept

# Zucchini-Puffer mit Halloumi

Ein Rezept von Zucchini-Puffer mit Halloumi, am 27.04.2024

## Zutaten

### Für die Puffer

<b>1,2 kg</b> Zucchini	Salz
<b>1 Bund</b> Frühlingszwiebeln	<b>1 Bund</b> glatte Petersilie
<b>100 g</b> Halloumi	<b>4</b> Eier (M)
<b>100 g</b> Mehl	Pfeffer
Öl zum Braten	

### Für den Dip

<b>200 g</b> saure Sahne	<b>1 EL</b> Zitronensaft
<b>1</b> Knoblauchzehe	Salz
Pfeffer	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 460 kcal, 29 g F, 22 g EW, 28 g KH

## Zubereitung

1. Die Zucchini putzen, waschen und grob raspeln. In einer Schüssel mit 1 TL Salz mischen und ca. 10 Min. ziehen lassen. Inzwischen Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Petersilie waschen und trocken tupfen. Die Blätter fein hacken und 2 TL davon für den Dip beiseitestellen. Den Halloumi reiben. Die Zucchiniraspel portionsweise in einem Sieb kräftig ausdrücken. Dann in einer Schüssel mit Frühlingszwiebeln, Petersilie, Eiern und Mehl vermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
2. Saure Sahne, Zitronensaft und restliche Petersilie verrühren. Den Knoblauch schälen und dazupressen. Den Dip mit Salz und Pfeffer würzen.
3. Den Backofen auf 80° vorheizen. Reichlich Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Pro Puffer 1 kleine Kelle Zucchini-Masse hineinsetzen und etwas flach drücken. Die Puffer bei mittlerer bis starker Hitze von beiden Seiten in 3-4 Min. knusprig goldbraun braten. Herausnehmen, auf Küchenpapier entfetten und im Ofen (Mitte) warm halten. Mit dem restlichen Teig wiederholen und so insgesamt 16 Puffer backen. Die Puffer mit dem Dip servieren.