



Möhren-Kartoffelpuffer mit Wildkräutern, dazu Quark-Dip

Zutaten für 4 Personen

Möhren-Kartoffelpuffer

- 12 mittelgroße Möhren, gerieben
- 6 mehligere Kartoffeln, gerieben
- 1 Ei, verquirlt
- 4 EL Mehl, zum Binden

Himalayasalz, frisch gemahlener Pfeffer

je eine Hand voll Wildkräuter der Saison, wie z.B. junge Löwenzahnblätter, Löwenzahnblüten, Gänseblümchenblüten (Blüten in der Mittagssonne ernten), junge Brennnesselblätter, Bärlauch und etwas Schnittlauch

Rapsöl zum Braten

Quark-Dip

- 500 g Quark
- 150 g Naturjoghurt

Zitronensaft, frisch gepresst
Himalayasalz, frisch gemahlener Pfeffer
Wildkräuter (von den Möhren-Kartoffelpuffern)

Zubereitung

Die Kartoffeln waschen, schälen und reiben und in einer Schüssel beiseite stellen.
Die Möhren waschen, schälen und reiben.
Das Ei verquirlen.
Möhren, Ei und Mehl mischen.
Die Kräuter säubern und waschen.
Die Löwenzahnblätter und die Brennnesselblätter zupfen. Die Brennnesselblätter zuvor kurz unter heißes Wasser halten. Dann brennen die Blätter nicht mehr.
Den Schnittlauch und den Bärlauch zerkleinern.
Die Kräuter zu den Möhren geben. Ein paar Kräuter für den Dip zurückbehalten!
Das überschüssige Kartoffelwasser abschütten, Kartoffeln unter die Masse heben.
Mit Himalayasalz und frisch gemahlenem Pfeffer würzen.
Jetzt erst die Gänseblümchenblüten untermischen.
Das Rapsöl in einer Pfanne erhitzen.
Kleine Puffer formen und auf hoher Flamme leicht kross anbraten.
Sind die Möhren-Kartoffelpuffer von beiden Seiten leicht gebräunt, den Herd auf kleine Flamme herunterschalten und die Puffer garen lassen.
Die Zutaten für den Quark-Dip verrühren und zu den Möhren-Kartoffelpuffern servieren.

Guten Appetit!