

Rezept:

Süße/ herzhaftes Kartoffelpuffer mit Apfelmus und Kräuterquark, dazu Tomaten-Feta-Salat

Zutaten für 4 Personen – Kartoffelpuffer-Grundmasse:

- 1kg Kartoffeln, vorwiegend festkochend
- 2 Eier
- Mehl

Zusätzliche Zutaten für herzhaftes Puffer:

- 3 Karotten
- ½ Bund Frühlingszwiebeln

Zutaten für 4 Personen - Apfelmus:

- 500g Äpfel, Jonagold/Boskop
- 200ml Apfelsaft

Zutaten für 4 Personen – Kräuterquark

- 250g Naturjogurt
- 250g Quark
- 1 Bund Schnittlauch
- 1 Bund Petersilie
- 4 EL Zitronensaft

Zutaten für 4 Personen – Salat:

- 1 kg Tomaten
- 1 Gemüsezwiebel
- 400g Fetakäse
- 1 Bund Basilikum

Sowie:

- Speiseöl
- Apfelessig
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- Zimt
- Oregano
- Kartoffelreibe
- 1 Stabmixer

Ablaufplan:

Apfelmus:

1. Hände waschen, Schneidebrett aufbauen
2. Äpfel waschen, schälen und in 2cm Würfel schneiden
3. In einem Topf Zucker unter stetigem Rühren karamellisieren lassen
4. Äpfel und Apfelsaft dazugeben und rühren, bis das Karamell sich vom Boden aufgelöst hat
5. Zimt dazugeben und mit Deckel köcheln lassen, bis die Apfelwürfel weich sind
6. Mit dem Stabmixer pürieren, bis alle Äpfel zerkleinert sind, dann köchelnd abschmecken.
7. Wenn die Gewünschte Konsistenz erreicht ist, das Mus in ein ausgekochtes Marmeladenglas abfüllen

Kräuterquark:

1. Hände waschen, Schneidebrett aufbauen
2. Kräuter fein kleinschneiden
3. Jogurt, Quark, Kräuter, Zitronensaft und Oregano mischen und gut verrühren
4. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken und servieren.

Kartoffelpuffer-Grundmasse:

5. Hände waschen, Schneidebrett aufbauen
6. Kartoffeln waschen, schälen und nochmal waschen
7. Kartoffeln reiben und gut auspressen
8. 2Eier und Mehl dazugeben, bis die Kartoffelmasse fest und klebrig wird
9. Mit Zucker, Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken
- 10. für herzhaft Puffer:**
 - a. Karotten schälen und hobeln, Frühlingszwiebeln längs halbieren und in 2cm lange Streifen schneiden, alle mit der Masse mischen und ggf. mehr Mehl dazugeben.
11. Mit der Hand die Masse zu Bällen formen und in die heiße, 2cm mit Öl bedeckte Pfanne geben, dann mit einem Löffel oder Pfannenwender plattdrücken.
12. Wenden, wenn Unterseite Braun
13. Nach dem Braten mit einem Papiertuch gut abtupfen, um überschüssiges Fett zu entfernen
14. Mit Apfelmus oder Kräuterquark servieren

Salat:

1. Tomaten gründlich waschen, halbieren und den Strunk entfernen
2. Die Tomatenhälften achteln, die Gemüsezwiebel in feine Viertelringe schneiden, Basilikumblätter aufrollen und fein schneiden
3. Alles mit Salz, Pfeffer, Zucker und Apfelessig vermengen, gut umrühren und dann das Öl ergänzen. Nach Belieben auch Olivenöl benutzen
4. Feta zerbröseln und dazugeben. Am Ende noch einmal abschmecken
5. Servieren