Kartoffel-Karfiol-Puffer

Ein tolles vegetarisches Rezept für alle, die gerne mit wenigen Zutaten etwas Tolles zaubern. Die Kartoffel-Karfiol-Puffer schmecken als Haupt- oder Zwischenmahlzeit wunderbar!

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 20 min

Koch/Backzeit: 20 min

Gesamtzeit: 40 min



Zutaten

230 g	Kartoffeln (mehlige)
230 g	Karfiol
2 EL	Parmesan
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer
1 Stk.	Ei
1 Stk.	Eiweiß (zum Bepinseln)
1 Prise	Paprikapulver (zum Bestäuben)
Nach Belieben	Olivenöl (zum Frittieren)

Zubereitung

1. Für Kartoffel-Karfiol-Puffer zunächst die Kartoffeln schälen, in reichlich Salzwasser in einem großen Topf erhitzen und ca. 10 Minuten garen. Dann abgießen, abtropfen lassen und zerstampfen.

2. In einem zweiten Topf ebenfalls leicht gesalzenes Wasser erhitzen und den Karfiol darin auch ca. 10 Minuten garen lassen. Dann abgießen, in kleine Röschen zerteilen und mit der Kartoffelmasse vermengen.

3. Ei trennen. Parmesan reiben und unter die Kartoffel-Karfiol-Masse rühren. Kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Dann das Eigelb untermengen. Eiweiß aufschlagen und ebenfalls unterheben.

4. Öl in einer Pfanne erhitzen. Aus der Kartoffelmasse gleich große Puffer formen und diese im

heißen Öl rundherum 3-5 Minuten rösten, bis sie eine schöne goldbraune Farbe bekommen.

5. Puffer aus der Pfanne nehmen, das überschüssige Öl auf etwas Küchenpapier abtropfen lassen. Vor dem Servieren mit etwas Paprikapulver bestäuben.

Tipp

Die Kartoffel-Karfiol-Puffer mit gehackten Kräutern (z.B. Dill, Petersilie) verfeinern und für Fleischesser mit knusprig gebratenem Bacon servieren.