

Sören Anders Kürbis-Kartoffel-Puffer mit Apfelmus

Freitag, 20. Oktober 2023
Rezept für 4 Personen

Dauer: 1 Stunde
Schwierigkeitsgrad: Leicht
Heimatküche, Vegetarisch

Zutaten:

Für das Apfelmus

1 Bio-Zitrone
750 g säuerliche Äpfel (z. B. Boskop)
1 EL brauner Zucker
1 Msp. Vanillemark (alternativ: 1 Prise Vanille-Extrakt-Pulver)

Für die Puffer

500 g Hokkaido-Kürbis
500 g Kartoffeln, festkochend
1 Zwiebel
etwas Salz
100 g Gouda oder Emmentaler am Stück
2 Eier
2 EL Mehl
etwas Pfeffer aus der Mühle
etwas Muskatnuss, frisch gerieben; nach Belieben
10 EL geschmacksneutrales Pflanzenöl zum
Braten



Zubereitung:

1. Für das Apfelmus Zitrone heiß waschen, trockenreiben und ein Stück Schale spiralförmig, z. B. mit einem Sparschäler, abschälen. Zitrone halbieren, den Saft auspressen.
2. Äpfel halbieren, schälen und entkernen. Apfelhälften grob würfeln.
3. Äpfel, Zitronensaft, -schale, Zucker und Vanillemark in einen Topf geben. Etwa 100 ml Wasser angießen.
4. Zugedeckt bei mittlerer Hitze aufkochen und köcheln lassen, bis die Stücke zu zerfallen beginnen.
5. Apfelmischung durch ein Sieb in eine Schüssel passieren. Apfelmus gegebenenfalls mit weiterem Zucker nach Geschmack süßen. Auskühlen lassen.
6. Für die Puffer Kürbis putzen, waschen (schälen ist beim Hokkaido nicht notwendig; nur ggf. beschädigte Schale grob entfernen) und auf einer stabilen Küchenreibe oder mit der Küchenmaschine grob raspeln.
7. Kartoffeln schälen, waschen und ebenfalls grob raspeln.
8. Zwiebel abziehen und fein reiben.
9. Kartoffel-, Kürbistrasper und Zwiebel in eine Schüssel geben und mit etwas Salz durchmischen.
10. Käse fein reiben.
11. Eier, Mehl und Käse zu den Gemüseraspeln geben. Mischung nach Belieben mit 1 Prise Pfeffer und Muskatnuss würzen und alles gründlich durchmischen. Sollte die Mischung zu flüssig sein, noch etwas Mehl untermischen und kurz quellen lassen.
12. In zwei großen beschichteten Pfannen jeweils etwas Öl erhitzen.
13. Aus der Masse im heißen Öl bei mittlerer Hitze nach und nach etwa 1 cm dicke Puffer braten. Eventuell mit dem Pfannenwender etwas in die Pfanne drücken.
14. Puffer auf beiden Seiten knusprig braun braten, dabei erst wenden, sobald sich auf der Unterseite eine schöne Kruste gebildet hat. Fertige Puffer währenddessen nach Belieben im heißen Backofen (ca. 80 Grad) warmhalten.
15. Kartoffelpuffer anrichten, das Apfelmus dazu servieren.

Pro Portion: 580 kcal/ 2420 kJ, 57 g Kohlenhydrate, 15 g Eiweiß, 32 g Fett