GemüseLiebe
Vom Beet in die Kiste

PASTINAKENPUFFER MIT JOGHURT-DIP

ZUTATEN FÜR ZWEI PERSONEN

FÜR DEN DIP

150 g Joghurt

5 g Dill

5 g Petersilie

1 gehackte Knoblauchzehe

Saft einer halben Zitrone

1 Teelöffel Honig

2 Esslöffel Olivenöl

FÜR DIE REIBEKÜCHLEIN

400 g Pastinaken

200 g Kartoffeln

1 Bund Frühlingszwiebeln

oder Schnittlauch

Saft einer viertel Zitrone

5 g Dill

5 g Petersilie

40 g Mehl

2 Eier

2 Esslöffel Pflanzenöl

Salz

GemüseLiebe - Macarena Gargiulo & Nikolaos Avramidis GbR

Bahnhofstr. 52 • 68535 Edingen-Neckarhausen

info@gemueseliebe.com • **www.gemueseliebe.com**

GemüseLiebe
Vom Beet in die Kiste

PASTINAKENPUFFER MIT JOGHURT-DIP

ZUBEREITUNG

FÜR DEN JOGHURT-DIP

Alle Zutaten miteinander verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit einem feuchten Geschirrtuch abdecken und bis zum Servieren kaltstellen.

FÜR DIE REIBEKÜCHLEIN

Pastinaken mit einer Bürste putzen oder, wenn sie besonders groß und dick sind, schälen. Kartoffeln ebenfalls schälen. Pastinaken und Kartoffeln mit einer Reibe fein raspeln. Geriebenes Gemüse in einem feinen Geschirrtuch auswringen, bis eine trockenere Masse entstanden ist.

Frühlingszwiebeln putzen und in feine Ringe schneiden, alternativ den Schnittlauch fein hacken. Petersilie und Dill fein hacken. Gemüse mit Kräutern, Mehl und Zitronensaft vermengen, mit Salz abschmecken. Eier verquirlen und unter den Teig mischen.

Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Reibekuchenmasse esslöffelweise in die Pfanne geben und zu kleinen Küchlein flach drücken. Von jeder Seite 3-4 Minuten knusprig braten. Aus der Pfanne nehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Mit restlichem Teig genauso verfahren. Fertige Reibeküchlein bei 50 °C im Backofen warmhalten.

Tipp: wer's etwas süßer und saftiger mag, kann noch etwas Karotte, Gelbe oder Rote Bete in den „Teig" raspeln...

GemüseLiebe - Macarena Gargiulo & Nikolaos Avramidis GbR
Bahnhofstr. 52 • 68535 Edingen-Neckarhausen
info@gemueseliebe.com • www.gemueseliebe.com