

Rezepturen

(Rezepturen für jeweils 4-6 Personen)

SAUERKRAUT KARTOFFEL PUFFER MIT SALAT

Zutaten:

200 g	Sauerkraut, (frisch, z.B. Reformhaus)
500 g	Kartoffeln, (vorwiegend festkochend)
250-300 g	Salat, (gemischt; Feldsalat, Radicchio, Chicorée)
140 g	Sauerrahm
4 El	Zitronensaft
8 El	Milch
3 Tl	Essig
etwas	Salz, Pfeffer
8 El	Öl

Garnitur:

Etwas Frische Kräuter, Granatapfel, Rüepli, Petersilie Liscio

ZUBEREITUNG:

Sauerkraut mit den Händen gut ausdrücken. Kartoffeln schälen, waschen, gut trocken tupfen und grob raspeln. Sofort mit den Händen gut ausdrücken, mit dem Sauerkraut mischen.

Salate putzen, waschen, abtropfen lassen und zerpfücken. Sauerrahm mit Zitronensaft und Milch glatt rühren und mit Essig, Salz und Pfeffer abschmecken. Evtl. etwas Öl dazugeben.

Öl in einer breiten Pfanne erhitzen. Kartoffel-Kraut-Masse salzen, pfeffern. 10-12 kleine Portionen nebeneinander in die Pfanne geben und flach drücken.

Puffer bei mittlerer bis starker Hitze 3-4 Minuten goldbraun braten. Puffer wenden und 2-3 Minuten fertig braten.

Salat mit Sauerrahm-Dressing mischen und in Schalen oder Tellern verteilen. Puffer auf Küchenpapier abtropfen lassen und mit Salat servieren.