

Vincent Klink
Kartoffel-Pastinaken-Puffer mit Blitz-Apfelmus

Donnerstag, 7. Dezember 2017
Rezept für 4 Personen

Dauer: 45 Minuten
Schwierigkeitsgrad: leicht
Heimatküche, Vegetarisch

Zutaten:

Für das Apfelmus:

1/4 l Weißwein oder Apfelsaft
5 Boskop-Äpfel
4 EL Zucker
1 Zimtstange

Für die Puffer:

600 g Kartoffeln, fest kochend oder vorwiegend festkochend
250 g Pastinaken
1 kleine Zwiebel
3 EL Kartoffelstärke
2 Eier
etwas Salz
1 Prise Muskat
5 EL Butterschmalz
1/2 Bund glatte Petersilie
1/2 Bund Schnittlauch
100 g saure Sahne
etwas Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

1. Für das Apfelmus Wein oder Apfelsaft in einen Topf geben.
2. Die Äpfel waschen und ungeschält inklusive Kerngehäuse in grobe Würfel oder Spalten schneiden.
3. Zucker und die Zimtstange mit den Äpfeln in den Topf geben. Alles aufkochen und zugedeckt 15 Minuten dünsten.
4. Sobald die Äpfel weich sind, alles durch ein grobes Sieb oder die „Flotte Lotte“ (Passiergerät) passieren, nach Geschmack noch etwas Zucker dazugeben.
5. Die Kartoffeln schälen und auf der feinen Reibe reiben. Die Kartoffelmasse gut ausdrücken. Die Pastinaken ebenfalls schälen und fein reiben. Die Zwiebel schälen und fein reiben, dann alles in eine Schüssel geben.
6. Stärke und Eier mit in die Schüssel geben und alles gut vermischen. Die Masse mit Salz und einer Prise Muskat würzen.
7. Den Backofen auf 80 Grad Ober-Unterhitze vorheizen.
8. In einer Pfanne mit reichlich Butterschmalz erhitzen. Jeweils etwas Kartoffel-Pastinaken-Masse hineingeben und nach und nach zu goldbraunen Puffer ausbacken. Die gebackenen Puffer auf einem Küchentrepp kurz abtropfen, auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben und im Backofen warm halten, bis alle Puffer gebacken sind.
9. Die Petersilie und Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Kräuter mit saurer Sahne vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
10. Kartoffelpuffer auf Tellern anrichten, einen Klecks Kräuter-Sahne obenauf geben und mit dem Apfelmus servieren.

Pro Portion: 530 kcal / 2223 kJ
75 g Kohlenhydrate, 9 g Eiweiß, 17 g Fett