

VEGETARISCH

Kartoffelpuffer

von Thomas EINFACH

ZUBEREITUNG	KOCHEN	KALORIEN PRO PORTION	PORTIONEN
20 min	20 min	305 kcal	1

Zutaten

FÜR 1 PORTIONEN

250 g	Kartoffel
½ St.	Zwiebel
2 EL	Mehl
½ Prise	Salz

Anleitung

1. Kartoffeln mit einer grossen Reibe in eine Schüssel geben wenn nötig Zellwasser abgiessen.
2. Alle weiteren Zutaten in die Schüssel dazugeben und unterrühren.
3. Portionsweise (ein Suppenlöffel) in einer Bratpfanne mit Öl goldbraun herausbacken.

> **Tipp** · Ein Teil der Kartoffeln mit geriebenen Zucchini / Zucchetti ersetzen.