



April 2024: Hüttenkäse-Puffer

Zutaten (Für 2 bis 3 Portionen = 6 Stück), 300 g Gesamtmenge):

- » 1 kleine Tomate 60 g
- » 1 Esslöffel Petersilienblatt 5 g
- » Körniger Frischkäse 120 g
- » 1 Esslöffel Vollkornmehl 30 g
- » 1 Ei
- » 1 Messerspitze Salz
- » 1 Prise Pfeffer

- » Zum Anbraten: 1 Esslöffel Rapsöl

Zubereitung:

Tomate fein würfeln, Petersilie fein hacken und zusammen mit allen anderen Zutaten vermengen und die Masse mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit wenig Öl in der Pfanne kleine Puffer backen.