



Kartoffel-Lauch-Puffer mit Spinatsalat

dazu knusprige Kichererbsen



30-40min



4 Portionen

Kartoffelpuffer, Reibekuchen, Rösti – auch, wenn sie überall unterschiedlich heißen, wissen wir doch, was gemeint ist: fein geriebene Kartoffeln, die in Form gebracht und lecker gebraten, frittiert oder gebacken werden, sodass knusprige Puffer entstehen. Heute kombinieren wir das Ganze noch mit Lauch und reichen statt Apfelmus knusprige Kichererbsen und Spinatsalat dazu.

Was du von uns bekommst

- 1kg mehligkochende Kartoffeln
- 2 Stangen Lauch
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Dosen Bio-Kichererbsen
- 2 Tomaten
- 200g Babyspinat (ungewaschen)
- 10g Dill

Was du zu Hause benötigst

- 1TL Senf²
- 2EL vegane Mayonnaise
- 6EL Weizenmehl¹
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl
- Balsamicoessig³

Küchenutensilien

- Backofen
- 2 Backbleche und Backpapier
- große Pfanne
- Küchenreibe
- Sieb

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Gluten (1), Senf (2), Schwefeldioxid und Sulphite (3). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 851kcal, Fett 43.1g, Kohlenhydrate 91.6g, Eiweiß 17.7g



1. Zutaten vorbereiten

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Kartoffeln samt Schale** grob reiben, in ein Küchentuch geben und die überschüssige Flüssigkeit ausdrücken. Den **Lauch** längs vierteln und quer in feine Streifen schneiden. Den **Knoblauch** schälen und fein reiben.



2. Gemüse verfeinern

Die **Kartoffeln** mit dem **Lauch** sowie dem **Knoblauch** vermengen und mit je 1TL Salz und Pfeffer würzen. 6EL Mehl, 6EL Wasser und 2EL Pflanzenöl gleichmäßig unter die **Kartoffelmasse** heben.



3. Puffer backen

Die **Kartoffelmasse** gleichmäßig auf 2 mit Backpapier ausgelegten Backblechen verteilen und flach drücken. Es ist nicht schlimm, wenn kleine Löcher oder Risse entstehen. Die **Kartoffelmasse** mit 1EL Pflanzenöl je Blech beträufeln und im Ofen 20-25Min. backen, die Bleche nach der Hälfte der Backzeit einmal drehen und tauschen.



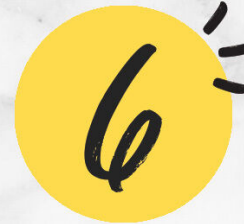
4. Kichererbsen braten

Die **Kichererbsen** in einem Sieb mit kaltem Wasser abspülen und gründlich abtropfen lassen. In einer großen Pfanne mit 2EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze in 7-9Min. knusprig braten, mit je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer würzen. Die **Tomaten** in schmale Spalten schneiden. 3EL Pflanzenöl mit 2EL Balsamicoessig, 1TL Senf und je 1 Prise Salz, Zucker und Pfeffer zu einem Dressing verrühren.



5. Fertigstellen & servieren

Den **Spinat** und die **Tomaten** mit dem Dressing vermengen. Den **Dill samt weichen Stängeln** fein schneiden. 1EL Dill mit 2EL Mayonnaise, 3EL Wasser und 1 Prise Salz zu einem **Dip** verrühren. Die **Kartoffel-Lauch-Puffer** mit dem **Spinatsalat** anrichten und mit den **Kichererbsen** und dem **restlichen Dill** garniert servieren, den **Dip** dazu reichen.



6. Heiß und fettig

So, alle ambitionierten Hobbyköche krempeln jetzt mal die Ärmel hoch. Denn die Puffer müssen nicht unbedingt im Ofen gebacken werden – sie lassen sich auch frittieren. Dazu aus der Kartoffelmasse kleine Taler formen und 2-3 Fingerbreit Pflanzenöl in einer großen Pfanne mittelhoch bis hoch erhitzen. Die Taler nacheinander im heißen Öl in 5-7Min. knusprig ausbacken. Achtung vor heißen Fettspritzern!