

Zucchini-Puffer

REZEPT DER WOCHE

ca. 500 gr Zucchini
150 gr kernige Haferflocken
50 gr geriebenen Käse
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
2 Eier
Salz, Pfeffer, Kräuter nach Belieben
1 TL Senf

Zucchini raspeln und mit der kleingeschnittenen Zwiebel und dem gepressten Knoblauch mischen. Die Haferflocken, Eier, den Senf und die Gewürze dazu rühren und 15 min stehen lassen. Ggfs. etwas nachwürzen.

Zucchini-puffer formen und in einer Pfanne mit heißem Öl braten.
Fertig!
Und.....schmecken lassen!

Britta & Michael

„Wir wünschen guten Appetit!“

