

KARTOFFELPUFFER "KEIN GLUTEN KOCHBUCH"

Autor: Gast, 22.04.2019

Zutaten für 2 Personen:

600 g	Kartoffeln
2	Eier
40 g	Circa 40 g Maisstärke, glutenfrei
3 Esslöffel	Öl (circa)

Zubereitung:

Geschälte Kartoffeln roh reiben.

Etwas Flüssigkeit abgießen.

Eier und Stärke zugeben.

Mit dem Löffel handtellergroße Puffer in die Pfanne geben und etwas flach drücken.

Beidseitig goldbraun backen.

Für süße Varianten:

Zucker und Apfelmus zum Essen reichen.

Für pikante Varianten:

In den Teig Salz, weißen Pfeffer und Muskat sowie 2 gewürfelte Zwiebeln und / oder ausgelassenen Speck dazugeben.

Nährstoffanalyse:

Kilokalorien	410
Proteine	6,7 g
Fette	28,5 g
Kohlenhydrate	31,0 g