

## Rezept

### Kartoffelpuffer mit Karotten und

### Seasoning for green veg & lamb

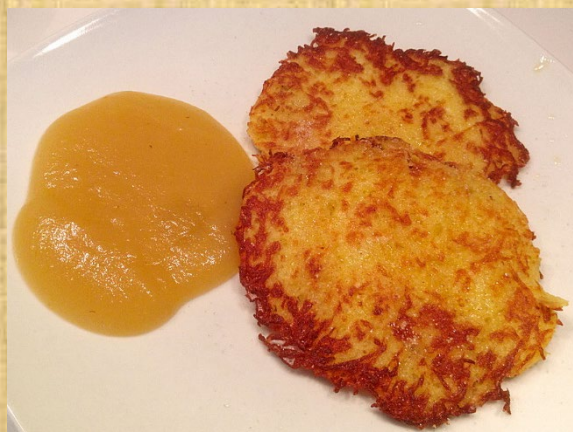
NR: 12 Vegan

Für 4 Personen / Zubereitung: 40 min

#### Zutaten:

#### Kartoffelpuffer

1 kg mehligkochende Kartoffeln  
 2 Karotten  
 1 TL Haferflocken  
 40 g Kartoffelstärke  
 1 TL Seasoning for green veg & lamb  
 Kräuter (z. B. Petersilie oder Schnittlauch) (nach Belieben)  
 Sonnenblumenöl



#### Apfelmus

1 kg Äpfel  
 125 ml Wasser oder Apfelsaft  
 75 g Rohrzucker  
 1 TL Zimt  
 1 TL Vanillezucker  
 1 Prise Salz

#### Zubereitung

##### Kartoffelpuffer:

- Die Kartoffeln und die Karotten schälen, abwaschen und trockenreiben.
- Beides grob raspeln.
- Kartoffelmasse mit Haferflocken, Stärke und Seasoning for green veg & lamb vermengen.
- Öl in einer Bratpfanne auf mittlerer Stufe erhitzen.
- 1-2 Esslöffel Teig pro Puffer in die Bratpfanne geben und mit dem Löffelrücken zu einem flach drücken. Von beiden Seiten goldbraun braten.
- Wenn die Puffer fertig sind, im vorgewärmten Backofen warmhalten.

##### Apfelmus:

- Äpfel schälen und grob würfeln. Anschließend mit Wasser und Zucker zum Kochen bringen. Zimt und Vanillezucker zugeben, Äpfel 30 Minuten weichkochen und pürieren.

E Guetä!