



Kartoffel-Möhren-Taler

vegetarisch
ab 9. Monat

Zutaten

- 300 g Kartoffeln
- 120 g Möhre
- 3 EL zarte Haferflocken
- 2 EL Dinkelmehl
- 1 Ei
- Olivenöl zum Braten



Zubereitung der Kartoffel-Möhren-Taler:

1. Schäle die Möhre und die Kartoffeln. Schneide sie in kleine Würfel. Gib sie in einen Topf, bedecke sie mit Wasser und koche sie ca. 10 Minuten weich.
2. Gieße das Gemüse ab und zerdrücke es mit einer Gabel. Lass es etwas abkühlen und rühre dann das Ei unter.
3. Mische die Haferflocken und das Dinkelmehl unter. Erhitze etwas Öl in einer Pfanne. Forme aus der Möhren-Kartoffel-Masse kleine Kugeln. Gib sie in die Pfanne, drücke sie platt und brate sie von beiden Seiten.

Unsere Empfehlung für Dich:

BACKEN FÜR KLEINE HÄNDE

MUFFINS, SNACKS, BROT & BRÖTCHEN
GANZ OHNE INDUSTRIEZUCKER

» ZUM SHOP

erhältlich unter <https://www.familienkost.de/shop/>