



Möhrenpuffer mit Haferflocken

vegetarisch

Zutaten

- 1 kleine Zwiebel
- 150 g Möhren
- 150 g Kartoffeln
- 2 Eier
- 3 EL Mehl
- 3 EL zarte Haferflocken



So bereitest du die Möhrenpuffer-Masse zu

1. Zuerst schälst du die Zwiebel und schneidest sie in kleine Würfel.
2. Schäle die Möhre und die Kartoffeln und raspele sie fein.
3. Verrühre die Zwiebelwürfel mit den Möhren, Kartoffeln, Eiern, Mehl und Haferflocken.

Möhrenpuffer aus dem Thermomix

1. Schäle die Zwiebel, die Möhren und die Kartoffeln und schneide sie in grobe Stücke.
2. Gib das Gemüse in den Mixtopf und zerkleinere es 5 Sekunden auf Stufe 6.
3. Nun fügst du das Mehl, einen Teelöffel Salz und die beiden Eier hinzu und verrührst alles 10 Sekunden lang auf Stufe 2.
4. Rühre schließlich die Haferflocken bei Linkslauf 1 Minuten lang auf Stufe 2 unter.

Möhrenpuffer braten

Erhitze etwas Öl in einer Pfanne und backe portionsweise kleine Möhren Puffer aus. Pass auf, dass du sie nicht bei höchster Hitze bäckst, da die Puffer sonst schnell verbrennen, aber innen noch roh sind.

Wir essen die Möhrenpuffer gern mit einem Joghurtdip, für den ich einfach etwas Crémé Fraîché mit Joghurt und Schnittlauch verrühre. Lecker!

Unsere Empfehlung für Dich:



breirezept.de
BABY, BREI UND FINGERFOOD

Ein Rezept von **Breirezept.de**

© Jenny Böhme

<https://www.breirezept.de>

BACKEN FÜR KLEINE HÄNDE

MUFFINS, SNACKS, BROT & BRÖTCHEN
GANZ OHNE INDUSTRIEZUCKER

» ZUM SHOP

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