

Zweierlei Puffer mit Dips und gebratenem Lachs

Für zwei Personen

Für die Kartoffelpuffer:

| | | |
|-------------------------|------------|---------------|
| 300 g festk. Kartoffeln | 1 Ei | 1 EL Mehl |
| 1 EL Haferflocken | Pflanzenöl | Salz, Pfeffer |

Für die Zucchini-Möhrenpuffer:

| | | |
|--------------------|----------------|-------------------|
| 1 festk. Kartoffel | 150 g Zucchini | 150 g Möhre |
| 1 Ei | 40 g Mehl | 2 EL Haferflocken |
| Pflanzenöl | Salz | Pfeffer |

Für den Lachs:

| | | |
|------------------|-----------------------|-----------------------|
| 200 g Lachsfilet | 1 Zitrone, davon Saft | Butter, Salz, Pfeffer |
|------------------|-----------------------|-----------------------|

Für den Frühlingszwiebel-Quark-Dip:

| | | |
|------------------|---------------------|---------------------------|
| 250 g Magerquark | 4 Frühlingszwiebeln | 1 Zitrone, davon der Saft |
| Salz | Pfeffer | |

Für den Knoblauch-Schmand:

| | | |
|---------------|------------------|------|
| 200 g Schmand | 2 Knoblauchzehen | Salz |
| Pfeffer | | |

Für die Garnitur:

| | |
|-----------|---------------|
| 1 Zitrone | 3 Zweige Dill |
|-----------|---------------|

Die Kartoffeln schälen und mit Hilfe einer Küchenreibe grob reiben. Ei, Mehl und Haferflocken hinzugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Alles gut miteinander vermengen. Öl in einer Pfanne erhitzen und mit Hilfe eines Esslöffels die Puffermasse in die Pfanne geben. Von beiden Seiten goldbraun braten, dabei vorsichtig wenden.

Für die Zucchini-Möhrenpuffer:

Kartoffel und Möhren schälen und mit Hilfe einer Küchenreibe grob reiben. Zucchini waschen, trockentupfen und ebenfalls reiben. Ei, Mehl und Haferflocken hinzugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Alles gut miteinander vermengen. Öl in einer Pfanne erhitzen und mit Hilfe eines Esslöffels die Puffermasse in die Pfanne geben. Von beiden Seiten goldbraun braten, dabei vorsichtig wenden.

Für den Lachs:

Butter in einer Pfanne zerlassen und Lachs mit der Hautseite nach unten in die Pfanne legen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Nach drei Minuten den Fisch wenden und für weitere zwei Minuten auf der Fleischseite braten.

Vor dem Servieren den Fisch mit etwas Zitronensaft und nochmals mit Salz und Pfeffer würzen.

Für den Frühlingszwiebel-Quark-Dip:

Frühlingszwiebeln putzen, waschen, trockenwedeln, halbieren und fein schneiden. Quark mit etwas Wasser glattrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend Frühlingszwiebeln hinzugeben und mit etwas Zitronensaft abschmecken.

Für den Knoblauch-Schmand:

Schmand mit etwas Wasser glattrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Knoblauch abziehen und durch eine Knoblauchpresse drücken. Knoblauch und Schmand verrühren.

Für die Garnitur:

Zitrone heiß abspülen, trockentupfen und in feine Scheiben schneiden.

Dill waschen, trockenwedeln und Dillspitzen zupfen.

Inga Schmidt am 15. August 2023