



## Zucchini-Möhren-Puffer mit Kräuter-Joghurtcreme

### Zutatenliste

400 g Möhren

400 g Zucchini

2 Zwiebeln

2 Eier

4 EL Mehl

250 g Joghurt

100 g Crème fraîche

1 Bund Schnittlauch

½ Petersilie

Salz und Pfeffer

Kräutersalz

Öl

### Zubereitung

Zucchini und Karotten grob raspeln. Mit 1 Teelöffel Salz 15 Minuten ziehen lassen. In der Zwischenzeit die Zwiebeln klein hacken und zur Seite stellen.

Den Joghurt mit der Crème fraîche verrühren, Petersilie und Schnittlauch klein hacken und zur Crème fraîche-Joghurt-Mischung geben. Mit Kräutersalz und etwas Pfeffer abschmecken.

Die Zucchini und Karotten nun in ein feines Sieb geben und die Flüssigkeit gut ausdrücken. Anschließend in eine Schüssel geben, die Zwiebeln hinzufügen, 2 Eier und 4 EL Mehl unterrühren. Die Masse mit Salz und Pfeffer würzen.

In einer Pfanne Öl erhitzen, von der Zucchini-Karotten-Masse kleine Puffer ausbacken. Die Puffer sollen von beiden Seiten goldbraun sein. Auf Küchenpapier kurz abtropfen lassen, dann mit der Joghurt-Kräuter-Creme servieren.

Guten Appetit