

Rezept:
für
2 Personen

1 Portion
244 kcal

Abendessen

Selleriepuffer mit Blattspinat und Rote Rüben Dip

ZUTATEN:

40 g Sellerie (geschält)
30 g Kartoffel (geschält) davon
15 g gekocht / 15 g bleiben roh
1 Eidotter (nicht unbedingt erforderlich)
1/2 kl. Zwiebel
1/2 Tl Buchweizenmehl
1 Handvoll Blattspinat
etwas frisch geriebene Muskatnuss
1 Tl Olivenöl
Gewürze:
Majoran, Muskat, Pfeffer,
gem. Kümmel, gem. Koriander
1 Tl gehackte Petersilie
Rote Rüben Dip:
90 g Rote Rübe (gegart)
etwas gem. Kümmel
1/2 Tl frisch geriebenen Kren (Meerrettich)
1 Tl Olivenöl
1 Tl Kokosmus

SO GEHT ´S:

- Sellerie und die rohe Kartoffel reiben, mit Dotter, gehackte Petersilie, dem Buchweizenmehl und der gekochten Kartoffel vermengen
- Mit den Gewürzen abschmecken
- Mit einem Esslöffel die Puffer portionsweise in die heiße Pfanne mit dem Olivenöl setzen - etwas flachdrücken - beidseitig goldbraun braten
- Den frischen Blattspinat in Olivenöl anschwitzen und mit Muskat verfeinern.
- Für den Dip:
 - Rote Rübe, Kren, Olivenöl, Kokosmus pürieren und mit gemahlene Kümmel würzen.
 - Die Puffer einfach auf den Spinat setzen und den Dip am Teller verteilen