

Möhrenpuffer mit Chicoreesalat

Zutaten für 4 Portionen:

Möhrenpuffer: 800 g Möhren – 1 Lorbeerblatt – 1 Sternanis – 800 ml Gemüsebrühe – 1 Zwiebel – 1 EL Mehl – 1 TL Backpulver – 1 EL Semmelbrösel – 1 Ei – Salz – Pfeffer – Muskatnuss – Butterschmalz – *Chicoreesalat:* 500 g Chicoree – 1 Apfel – 1 Orange – 1 kleine Zwiebel – 50 g Kräuterfrischkäse – 4 EL Balsamicoessig – 1 EL Öl – Zucker – Salz – Pfeffer

Zubereitung:

- Für die Puffer die Möhren schälen und 150 g Möhren beiseite legen
- Die übrigen Möhren im Ganzen in der Gemüsebrühe mit Lorbeer und Sternanis zugedeckt ca. 20-25 Minuten garen
- Die Möhren aus der Brühe nehmen, abtropfen lassen und fein zerstampfen (nicht pürieren). Abkühlen lassen
- Die rohen Möhren fein raspeln, die Zwiebel schälen und sehr fein würfeln und zu der Möhrenmasse geben.
- Mehl, Backpulver und Semmelbrösel mischen und zusammen mit dem Ei unter die Möhren mischen
- Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und etwa 10 Minuten quellen lassen
- Butterschmalz in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Pro Puffer einen Esslöffel von der Möhrenmasse in die Pfanne geben und andrücken. Von beiden Seiten goldbraun anbraten und auf Küchenpapier abtropfen lassen
- Für den Salat den Chicoree putzen, den Strunk keilförmig herausschneiden und die Blätter in schmale Streifen schneiden
- Den Apfel vierteln und entkernen, die Zwiebel schälen und beides fein würfeln. Die Orange schälen, teilen und ebenfalls klein schneiden
- Für das Dressing den Frischkäse mit Essig und Öl glatt rühren und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Alles miteinander vermengen

Wir wünschen guten Appetit!

