

## Zucchini-Puffer mit Tomaten-Sahne

### Zutaten für 4 Portionen:

**Puffer:** 800g Zucchini – 2 Knoblauchzehen – 2 Eier – 120 ml Sahne – 8 EL Mineralwasser – 60g Parmesan – 220g Mehl – ½ Bund Petersilie – 1 ½ TL Kräutersalz – 3 EL Sesamsamen – 6 EL Olivenöl – **Tomatensahne:** 2-3 Tomaten – 1 EL Schnittlauchröllchen – 400g Saure Sahne – 2 Knoblauchzehen – Kräutersalz – 1 Prise Cayennepfeffer

### Zubereitung:

- Petersilie waschen, trocknen und fein hacken; Parmesan fein reiben
- Für die Puffer Eier, Sahne, Mineralwasser, geriebenen Parmesan, Mehl und die gehackte Petersilie mit dem Schneebesen zu einem dickflüssigen Teig verrühren
- Den Teig mit Kräutersalz abschmecken und die Sesamsamen unterrühren, anschließend 1 Stunde zugedeckt quellen lassen
- In der Zwischenzeit für die Tomatensahne die Tomaten waschen und sehr fein würfeln
- Die Saure Sahne mit den Tomaten und den Schnittlauchröllchen glatt rühren
- Die Knoblauchzehen schälen und dazu pressen
- Die Tomatensahne mit Kräutersalz und Cayennepfeffer abschmecken und kühl stellen
- Für die Puffer die Zucchini waschen, Stiel und Blütenansatz entfernen und grob raspeln
- Knoblauch schälen, zu den Zucchiniraspeln pressen und alles unter den Teig rühren
- Etwas Olivenöl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und jeweils 2 EL Teig pro Küchlein in die Pfanne geben
- Die Puffer von beiden Seiten goldgelb anbraten und im Backofen warm halten bis alle gebacken sind
- Die Puffer mit der gekühlten Tomatensahne servieren

Wir wünschen guten Appetit!

