

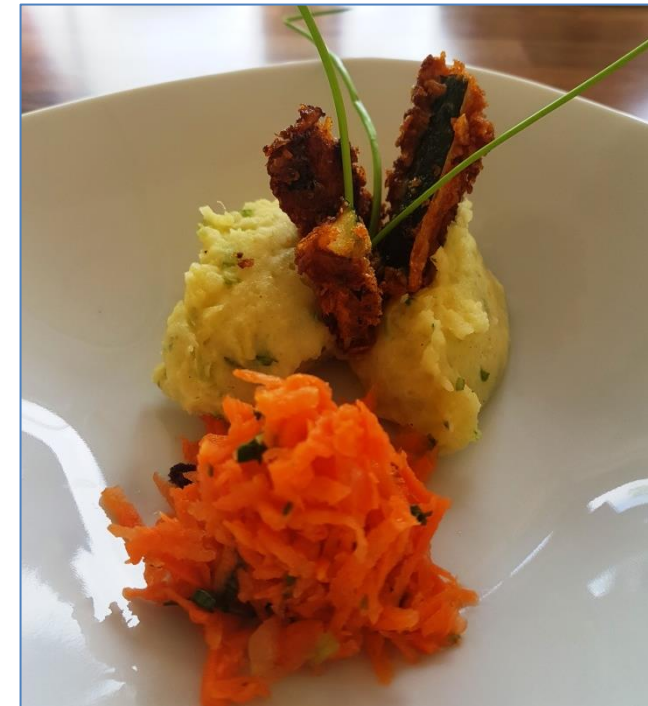
Kartoffel-Kräuterpüree mit Zucchini-Stäbchen & Karottensalat

Dauer: 50 Minuten **Portionen: 4-6**

Lies Dir das komplette Rezept durch, bevor Du beginnst!

Kartoffel-Kräuterpüree	Zucchini-Stäbchen	Karottensalat
1 kg Kartoffeln, mehlig	2 große Zucchini	6 Karotten
400 ml Milch	6 Eier	2 Frühlingszwiebeln
100 g Butter	100 g Mehl	500 g Quark
4 EL Kräuter, gehackt	250 g Paniermehl	1 EL Petersilie
Salz, Muskat, Pfeffer	Salz, Pfeffer, Paprikapulver, Öl	2 EL Orangensaft
		1 TL Honig
		Essig, Öl, Salz, Pfeffer

Notizen:



Zubereitung: Kartoffel-Kräuterpüree

1. Kartoffeln schälen und in gesalzenem Wasser kochen bis sie weich sind.
2. Abgießen und mit Butter im Topf stampfen. Nach und nach die Milch dazugeben.
3. Wenn die Konsistenz stimmt, würzen und die Kräuter hinzufügen.

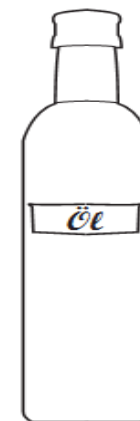
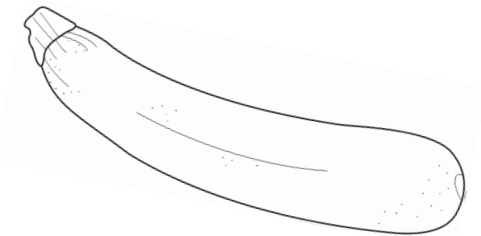
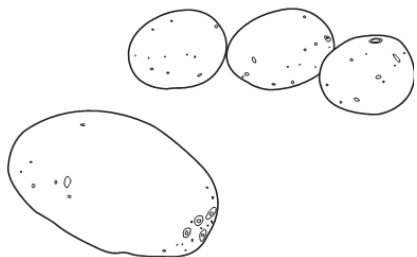
Während die Kartoffeln kochen kannst du dich um den Salat und die Stäbchen kümmern!

Zubereitung: Zucchini-Stäbchen

1. Zucchini schälen und in ca. 1 x 3 x 5 cm große, rechteckige Balken schneiden.
2. Anschließend Zucchini im Mehl wälzen und vorsichtig überschüssiges Mehl abklopfen.
3. Eier aufschlagen und verquirlen. Mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen.
4. Die bemehlten Zucchini-Stücke in der Ei-Mixtur wenden und dann in den Bröseln panieren.
5. Vorsichtig in Öl braten, dabei wenden.

Zubereitung: Karottensalat

1. Karotten schälen und raspeln. Dabei auf deine Finger aufpassen!
2. Den Apfel entkernen und ebenfalls reiben.
3. Frühlingszwiebeln und Petersilie hacken.
4. Alle Zutaten vermengen und würzen. Den Salat mit sauberen Händen gut durchmengen.



VIEL SPAß UND GUTEN APPETIT !