

Herbst-Rezept

schnell, lecker und regional



Kartoffelkuchen mit Gemüse

für 2 Personen, vegetarisch, Zubereitungszeit 20 Minuten plus 30 Minuten Backzeit



Zutaten:

- 2 dicke gekochte Kartoffeln, ca. 250 g
- 1 Schalotte oder Zwiebel
- ½ Zucchini, ca. 100 g
- 1 dicke Möhre, ca. 100 g
- 2 Eier
- 75 g geriebener Käse
- 2 EL Sahne
- Kräuter und Gewürze nach Geschmack
- Öl zum Einfetten der Form

Zubereitung:

Kartoffeln, Schalotte oder Zwiebel, Zucchini und Möhre reiben und in eine gefettete Auflaufform geben.

Eier, geriebenen Käse, Sahne, Kräuter und Gewürze miteinander vermischen und über die Kartoffel-Gemüse-Mischung geben.

Bei 200°C Ober- und Unterhitze oder 180°C Umluft ca. 30 Minuten backen.

Dazu gehört eine ordentliche Portion Salat.

Ein Rezept von Agnes Groschke-Faruß, die guten Appetit bei diesem Reste-Rezept wünscht.

Mehr Rezepte unter: www.ernaehrungsrat-rkn.de – Rubrik Rezepte

Der Ernährungsrat im Rhein-Kreis Neuss ist Mitglied von neuss agenda 21 e.V.

Uschi Pnitzko
November 2023