

Kürbis-Quark-Bratlinge

(10 Portionen)

Menge	Zutat
1 kg	Hokkaido-Kürbis
200 g	Magerquark
180–200 g	Feine Haferflocken
150 g	Gouda
200 g	Gegarte Kartoffeln
4 EL	Kürbis- oder Sonnenblumenkerne
	Jodsalz
	Schwarzer Pfeffer
1 Bund	Schnittlauch
	Öl zum Braten

So wird's gemacht:

- Kürbis waschen, putzen und in Würfel schneiden.
- ½ Liter Wasser zum Kochen bringen, Kürbiswürfel darin garen, auf einem Sieb abtropfen lassen.
- Kürbis pürieren, mit Quark, Haferflocken, geriebenem Käse, geriebenen Kartoffeln, Kernen, Gewürzen und kleingeschnittenem Schnittlauch vermischen.
- Aus der Masse mit nassen Händen Bratlinge formen und in heißem Öl von beiden Seiten jeweils ca. 3–5 Minuten goldbraun braten.

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Ernährung
und Landwirtschaft

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Tipps zur Zubereitung:

Zur Zubereitung eignet sich auch ein Kombidämpfer.

Perfekt dazu passt ein pikanter Quark-Dip.