

Rezept

Kürbis-Kartoffel-Puffer mit Erbsencreme und veganen „Fischstäbchen“

Anzahl Personen: 4

Zubereitungszeit: ca. 30 min



Zutaten

- 400g Hokkaido Kürbis
- 300g Kartoffeln
- 2-3 gehäufte EL Mehl
- 2 Zwiebeln
- 2-3 Knoblauchzehen
- 3 EL Olivenöl
- 1 Packung iglo vegane „Fischstäbchen“
- 300g iglo Gartenerbsen
- ca. 60 ml Pflanzenmilch
- Salz & Pfeffer
- 2 TL iglo Gartenkräuter
- Kresse

Zubereitung

1. Die **iglo veganen „Fischstäbchen“** nach Packungsanweisung zubereiten.
2. Die Zwiebeln und den Knoblauch ganz klein schneiden. Den Kürbis grob und die Kartoffeln ganz fein reiben und mit einem Teil der Zwiebeln und dem Knoblauch mischen. Mit Salz, Pfeffer und Mehl mischen.
3. Zu Puffer Formen und in etwas Öl anbraten, bis sie von beiden Seiten goldbraun sind.
4. Die restliche Zwiebel-Knoblauch-Mischung in Olivenöl mit **iglo Gartenerbsen** anbraten. Mit einem Schuss Pflanzenmilch ablöschen und ca. 7 min. köcheln lassen. **iglo Gartenkräuter** untermischen und zu einer Creme mixen. Mit Salz und Pfeffer mischen.



Rezept

5. Die Puffer mit der Erbsencreme und den veganen „Fischstäbchen“ toppen und mit Kresse garnieren.

Pro Portion ca. 3647 kJ, 871 kcal, E 25g, F35g, KH 107g