



# Zucchini-Apfel-Puffer

Rezepte vom LAISEACKER



## Zutaten für 4 Personen:

300g Zucchini, 300g Äpfel, 1 Zwiebel, 1 Ei (optional ein Leinsamen-Ei aus 1 EL Leinsamen und 2 EL Wasser eingeweicht)  
Bratöl zum Ausbacken

## Zubereitung:

1. Die Zucchini waschen und grob raspeln. Die Zwiebel schälen und ganz fein hacken und mit dem Mehl, Ei, Salz und Pfeffer unter die Zucchini rühren.
2. Die Äpfel schälen, grob raspeln und ebenfalls unter die Zuchinimasse heben.
3. Das Fett in einer Pfanne erhitzen, die Masse mit einem Esslöffel portionieren, in der Pfanne flachdrücken und auf beiden Seiten ca. 3 min goldbraun ausbacken. Die Puffer möglichst warmhalten, bis alle fertig sind.

Viele weitere tolle Rezeptideen  
finden Sie auf  
[www.laiseacker.de](http://www.laiseacker.de).  
Guten Appetit

