



Kartoffel-Käse-Bällchen auf Zucchini-Streifen

Zeit gesamt
55minZubereitungszeit
55minSchwierigkeit
Schwierig

Zutaten

für 4 Portionen

Kartoffeln, vorw. festk.	500 g
Salz	
Gouda, gerieben	75 g
Crème fraîche	1 EL
Eier	2 St.
Pfeffer, schwarz gemahlen	
Muskatnuss, gemahlen	
Zucchini	2 St.
Olivenöl	2 EL
Zitronen	1 St.
Honig	1 TL
Frittieröl	500 ml
Paniermehl	60 g

Zubereitung



Küchenutensilien

kleine Schüssel, großer Topf, große Pfanne

1. Kartoffeln schälen, waschen und würfeln. In einem Topf bedeckt mit Salzwasser aufkochen und auf mittlerer Stufe ca. 20 Min. weich garen. Kartoffeln abgießen, abtropfen lassen und sofort durch eine Kartoffelpresse drücken. Alternativ mit einem Kartoffelstampfer zu Püree verarbeiten.
2. In einer Schüssel heiße Kartoffeln, Gouda, Crème fraîche und 1 Ei vermengen und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Masse abkühlen lassen.
3. Zucchini waschen und längs in dünne Scheiben hobeln. In einer Pfanne Olivenöl auf mittlerer Stufe erhitzen und Zucchini ca. 1–2 Min. anbraten. Zitrone waschen, halbieren und auspressen. Zucchini mit Zitronensaft, Honig, Salz und Pfeffer abschmecken und abkühlen lassen.
4. In einer Schüssel restliches Ei verquirlen. In einem Wok oder einer tiefen Pfanne Frittieröl erhitzen, bis an einem hineingehaltenen Holzkochlöffelstiel Blasen aufsteigen. Kartoffelmasse zu ca. 3 cm großen Bällchen formen. Bällchen erst im verquirten Ei, dann in Paniermehl wenden. Portionsweise im heißen Öl ca. 2 Min. knusprig braun frittieren, auf Küchenpapier abtropfen lassen. Kartoffel-Käse-Bällchen auf Zucchini-Streifen anrichten.

Guten Appetit!

Tipp: Frittiere vorab ein Probebällchen und gib etwas Paniermehl zur Kartoffelmasse, falls sie zu weich ist.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	320 kcal
Kohlenhydrate	30 g
Eiweiß	13 g
Ballaststoffe	4 g
Fette	61 g