

# Zucchini-puffer

Portionen

4

Wartezeiten

---

## Zutaten

- 500 g Zucchini
- 1 kleine Zwiebel(n)
- 1 Zehe/n Knoblauch
- 3 Eier
- 150 g Haferflocken, kernige
- 50 g Käse, gerieben
- 3 Esslöffel Mehl (405)
- 3 Esslöffel Basilikum (gehackt)
- 1 Teelöffel Fondor oder Brühpulver
- Salz und Pfeffer

## Zubereitung

1. Zucchini schälen und in kleine Stifte reiben.
2. Klein gehackte Zwiebel und Knoblauch, sowie die Haferflocken, den geriebenen Käse und die Gewürze mit den Zucchini gut vermischen. Dann die Eier unterrühren; Mehl dazufügen.
3. In einer Pfanne wenig Öl erhitzen und mit einem Esslöffel die Zucchini-masse in das erhitzte Öl geben. Auf beiden Seiten goldbraun braten.

## Quellen

- [ChefKoch via Andi](#)

