

Zucchini-Puffer mit Feta-Creme und grünem Salat

Für zwei Personen

150 g Haferflocken, kernig	500 g Zucchini	1 Eisbergsalat
1 Zwiebel	2 Knoblauchzehen	200 g Fetakäse
200 g Frischkäse	50 g Käse, gerieben	3 Eier
50 ml Milch	1 EL Rotweinessig	2 EL Walnussöl
2 EL Petersilie, frisch	1 Zweig Rosmarin	150 g Walnüsse, gehackt
1 TL Tomatenmark	1 EL Dijon-Senf	4 EL Mehl
Pflanzenöl, Olivenöl	Salz, Pfeffer	

Die Zucchini schälen und in kleine Stifte reiben. Die Zwiebel und eine Knoblauchzehe abziehen und klein hacken. Die Haferflocken in eine Schüssel geben und mit den Zucchini-Stiften, dem geriebenen Käse und den Zwiebel- und Knoblauchwürfeln vermischen. Die Masse mit Salz und Pfeffer abschmecken. Anschließend die drei Eier unterrühren. Eventuell etwas Mehl hinzufügen. Eine Pfanne mit etwas Pflanzenöl erhitzen, aus der Masse Puffer formen und diese anbraten. Eine weitere Knoblauchzehe abziehen. Die Petersilie und den Rosmarin waschen und trocken tupfen. Anschließend den Fetakäse, den Frischkäse, die Knoblauchzehe, die Petersilie, den Rosmarin, das Tomatenmark und zwei Esslöffel Olivenöl in eine große Schüssel geben und mit einem Stabmixer zu einer Masse verarbeiten. Diese Masse mit Salz und Pfeffer würzen und je nach gewünschter Konsistenz mit Milch verfeinern. Den Eisbergsalat waschen und trocken schleudern. Aus dem Dijon-Senf, dem Walnussöl, dem Rotweinessig sowie etwas Salz und Pfeffer ein Salatdressing herstellen. Das Dressing über den Eisbergsalat geben und anschließend die gehackten Walnüsse über den Salat streuen. Die Zucchini-Puffer aus der Pfanne nehmen und auf einem Stück Küchenpapier abtropfen lassen. Die Zucchini-Puffer auf einem Teller anrichten. Die Fetacreme neben den Puffern drapieren und den Salat ebenfalls auf dem Teller anrichten. Anschließend alles servieren.

Isabel Engelfried am 12. Februar 2013