

# Gemüse bringt's

Die Gemüsebox im Abonnement

## Steckrübenpuffer

300g	Steckrübe	Steckrübe und Kartoffeln waschen,
600g	mehlig. Kartoffeln	Schälen und fein reiben.
1	Zwiebel	Die Zwiebel, fein würfeln und
1	Ei	dazugeben.
3 El	Weizenvollkornmehl	Das Gemüse mit dem Ei und Mehl
	Salz	verrühren und mit den Gewürzen
	schwarzer Pfeffer	mischen
1 Pr.	Muskat	Das Kokosfett in einer Pfanne
	Kokosfett zum	erhitzen und
	ausbacken	den Teig darin in kleinen Puffern
		ausbacken.

Guten Appetit wünscht Ihr **Gemüse bringt's** -Team

[www.gemuese-bringts.com](http://www.gemuese-bringts.com), Tel. 02525-2560 (Telefonzeiten Di. und Do. 9 - 12 Uhr)