# Lauchpuffer mit saurer Sahne

| ARBEITSZEIT | KOCH-/BACKZEIT | PORTIONEN |
|---|---|---|
| ca. 20 Minuten | ca. 20 Minuten | 4-6 Stück |

## ZUTATEN

| | |
|---|---|
| ca. 500 g | Lauch |
| 1,5 EL | Mehl |
| 1 | Ei |
| 0,5 Bund | Frühlingszwiebeln |
| 100 g | saure Sahne |
| | Olivenöl |
| | Salz & Pfeffer |

## ZUBEREITUNG

Den Lauch der Länge nach halbieren und gründlich waschen. Anschließend in dünne Streifen schneiden und 3-4 min. in heißem Salzwasser blanchieren, so dass er weich, aber noch bissfest ist. Abgießen und in einem Küchentuch vorsichtig auswringen, so dass möglichst wenig Wasser zwischen den einzelnen Stücken bleibt.
Den Lauch in eine Schüssel geben und mit dem Ei und Mehl gut vermischen.
Die Frühlingszwiebeln in dünne Ringe schneiden und die Hälfte davon ebenfalls untermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Lauchmischung in kleinen Portionen von beiden Seiten goldbraun ausbacken.
Auf die Teller verteilen und mit der sauren Sahne und den restlichen Frühlingszwiebeln garnieren.

Wir wünschen einen guten Appetit!

Vegan · Vegetarisch · Mit Alkohol · Ohne Zucker · Für Kinder geeignet