

## Zucchini-puffer

- 500 g Zucchini
- Salz
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 3 Eier
- 150 g Haferflocken, zart
- 50 g Bergkäse, gerieben
- Pfeffer
- 2 EL Mehl
- 200g Joghurt
- Frische Kräuter, nach Wahl

Zucchini waschen und grob reiben, mit 1 TL Salz mischen, 10 Minuten ruhen lassen, dann gut auspressen. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. Zusammen mit Eiern, Haferflocken und dem geriebenen Käse zu den geraspelten Zucchini geben. Gründlich mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mehl unterrühren.

Öl in einer Pfanne bei mittlerer Hitze erhitzen und die Zucchini-masse mit einem Esslöffel portionsweise hineingeben. Puffer auf beiden Seiten goldbraun braten.

Für den Dip Joghurt glatt rühren, Kräuter waschen, fein hacken und unter den Joghurt heben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und zu den Puffern servieren.