

Großmutter's Reibepfannkuchen

reibepfannk10q.odt

35 % des Tagesbedarfs kosten nur 36 ct

Im Herbst sind die Kartoffeln ganz preiswert, weil dann in Deutschland Haupterntezeit ist. Nebenbei ist dann auch die Qualität der Kartoffel optimal. Reibepfannkuchen sind das Ideale Gericht, um sich an Kartoffeln richtig satt zu essen.

Zutatenliste für 10 Portionen:

3,5 kg	Kartoffeln
2	Zwiebeln
9	Eier
200 g	Mehl
1 EL	Salz
100 g	Haferflocken
1 Tasse	Sprudelwasser
500 ml	Rapsöl

Zubereitung:

Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden. Früher wurden die Kartoffeln gerieben, ist viel Zeitaufwand. Heute geht es einfacher, wenn vorhanden, werden die Kartoffeln in der Küchenmaschine zerkleinert. Zwiebeln in kleine Würfel schneiden.

In einer großen Schüssel werden die Kartoffelmasse, Zwiebeln, Eier, Mehl, Salz, Haferflocken und das Sprudelwasser mit einem Schneebesen gut miteinander vermengt.

Das Rapsöl wird in der Pfanne erhitzt, dann mit einer kleinen Kelle von der Masse in das heiße Fett ge-

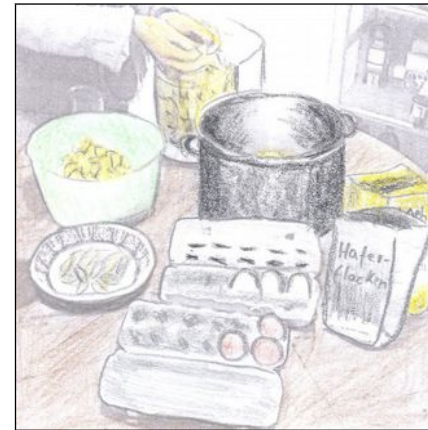


Hilfreiche Küchenmaschine

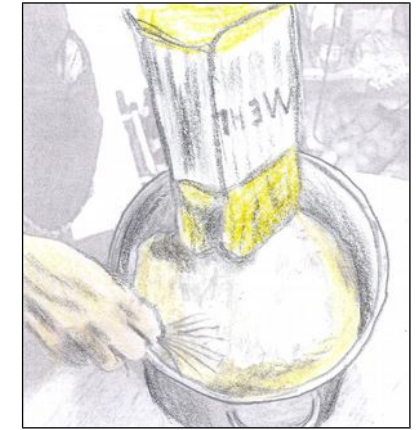


Schön braun anbraten

ben, den Teig plattdrücken und beiderseitig goldbraun und knusprig anbraten. Das Öl abtropfen lassen.



Nur günstige Zutaten



Alles in einen Topf

Und als Belag dazu Apfelmus, Zuckerrübenkraut oder Preiselbeeren servieren. Schmeckt auch lauwarm oder kalt.

Vorbereitungszeit:	Keine	Kosten pro Portion:	0,36 €	
Zubereitungszeit:	50 Min.	Kalorien pro Portion:	853	
Schwierigkeitsgrad:	Simplel	K: 76 g	F: 53 g	E: 18 g



Mit 2 Pfannen gleichzeitig für 10 Personen.