



Kürbiströsti

Beilage für 4 Personen

- 800 g geschwellte festkochende Kartoffeln, vom Vortag
- 600 g Kürbis, z. B. kleiner Knirps, gerüstet gewogen
- $\frac{1}{2}$ TL Salz
- 3 EL Bratbutter
- 2 EL Butter

1. Kartoffeln und Kürbis an einer möglichst groben Röstiraffel reiben. Mit Salz würzen. Etwa die Hälfte der Bratbutter und die Butter in einer weiten Bratpfanne heiss werden lassen. Kartoffeln und Kürbis beifügen. Nach und nach restliche Bratbutter beigeben. Alles unter gelegentlichem Wenden bei mittlerer Hitze 15–20 Minuten braten.

2. Mit einer Holzgabel einen Röstikuchen formen. Ca. 5 Minuten weiterbraten, bis sich eine knusprige, goldgelbe Kruste gebildet hat. Die Rösti in der Luft oder mithilfe eines flachen Tellers wenden. Die zweite Seite goldgelb braten. Sofort servieren.

Zubereitung ca. 30 Minuten

Pro Person ca. 6 g Eiweiss, 8 g Fett,
35 g Kohlenhydrate, 1000 kJ/250 kcal