



Uhu Ben`s Power-Rösti mit Kräuterdip

Zutaten:*

* bevorzugt aus biologischem Anbau

Rösti

500g Kartoffeln
700g Möhren und/oder Zucchini
1 Bund Petersilie
3 Eier
Salz
Pfeffer
Öl
evtl. Semmelbrösel
Plätzchenausstecher (z.B. Uhu)

Kräuterdip

500g Magerquark
200g Sauerrahm
1 Bund Schnittlauch
Salz
Pfeffer

Zubereitung:

Rösti

- Gemüse waschen, schälen und grob raspeln
- Petersilie waschen und fein hacken
- Kartoffeln, Möhren, Eier und Kräuter gut verrühren bzw. kneten und würzen (sollte die Masse zu flüssig sein mit Semmelbrösel binden)
- Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und kleine Rösti darin goldbraun braten
- Uhus ausstechen

Kräuterdip

- Schnittlauch fein schneiden
- Quark, Sauerrahm und Schnittlauch verrühren und würzen
- zusammen mit den Rösti servieren

Tipp: Rösti schmecken auch kalt sehr gut und eignen sich somit prima als Pausensnack.

Das Rezept ist eines der Gewinnerrezepte beim „Erlebnis Umwelt“ Pausensnack-Wettbewerb 2009, zu dem Uhu Ben gemeinsam mit den Naturparken Deutschland aufgerufen hatte.

**Uhu Ben und der Naturpark Saar-Hunsrück
wünschen guten Appetit!**



Saar-Hunsrück



[www.kaufland.de/
uhu-ben](http://www.kaufland.de/uhu-ben)

www.naturpark.org