

Kartoffelpuffer mit Apfelmus

Rohe Kartoffeln, ein Ei, etwas Mehl – und aus der Pfanne kommen goldbraune Puffer mit knusprigem Rand. Kinder waschen, wringen und rühren, die Erwachsenen übernehmen Reibe und heißes Öl.

ALTER	DAUER	MATERIAL	SAUEREI
ab 3 Jahren	30 Min + 30–40 Min Braten	Nur Haushaltsmaterial	mittel

Das braucht ihr

☐ **1 kg Kartoffeln**

Nehmt mehligkochende oder vorwiegend festkochende Sorten, festkochende gehen aber auch. Sortiert Knollen mit großen grünen Stellen oder starken Keimen aus.

☐ **1 Zwiebel**

Die Zwiebel ist optional. Viele Rezepte nutzen eine, andere kommen ohne aus. Wenn ihr die halbe Menge macht, reicht eine halbe Zwiebel.

☐ **2 Eier**

Die Eier binden den Teig. Denkt daran, euch nach dem Aufschlagen die Hände zu waschen. Warum das wichtig ist, steht unter „Sicherheit“.

☐ **3 EL Mehl**

Nehmt Weizenmehl. Statt Mehl könnt ihr auch ganz oder teilweise zarte Haferflocken verwenden.

☐ **1 TL Salz**

Das Salz kommt erst kurz vor dem Braten in den Teig.

☐ **Etwas Zitronensaft**

Der Zitronensaft ist optional. Ein kleiner Spritzer über die geriebenen Kartoffeln sorgt dafür, dass die Masse heller bleibt.

☐ **Neutrales Öl zum Braten**

Raps- oder Sonnenblumenöl eignen sich gut, auch Butterschmalz geht. Ihr braucht reichlich davon, der Pfannenboden soll gut bedeckt sein.

☐ **Apfelmus zum Servieren**

Ob selbst gekocht oder aus dem Glas, beides geht. Die Anleitung zum Selberkochen ist unten unter „Verwandte Ideen“ verlinkt.

☐ **1 Vierkantreibe mit Restehalter**

Eine flache Reibe geht auch. Ein Restehalter oder Fingerschutz schützt die Finger vor den Klingen.

☐ **Sparschäler und kleines Messer**

Der Sparschäler ist für die Kinder. Das Messer ist für euch Erwachsene, um grüne Stellen und Keime herauszuschneiden.

☐ **1 sauberes Küchentuch oder feines Sieb**

Damit drückt ihr die geriebenen Kartoffeln aus. Das Tuch wird danach gewaschen.

☐ **1 große Pfanne mit passendem Deckel**

Der Deckel sollte beim Braten griffbereit liegen. Er ist euer Löschmittel, falls das Fett Feuer fängt.

☐ **Für den Tisch**

Ihr braucht zwei Schüsseln, einen Esslöffel, einen Pfannenwender, einen Teller mit Küchenpapier und einen ofenfesten Teller zum Warmhalten.

So geht's

1 Kartoffeln waschen und schälen Erwachsene + Kind

Eure Jüngsten bürsten die Kartoffeln in einer Schüssel mit Wasser ab. Kinder ab etwa fünf Jahren schälen mit dem Sparschäler, und einer von euch sitzt daneben.

Grüne Stellen und Keimansätze schneidet einer von euch Erwachsenen **großzügig** heraus. Dort sitzt Solanin, ein natürlicher Giftstoff. Kartoffeln mit großen grünen Stellen oder starken Keimen kommen nicht in den Teig.

2 Kartoffeln reiben Erwachsene + Kind

Stellt die Reibe fest in die große Schüssel, damit sie nicht wegrutscht. Dann reibt ihr die Kartoffeln. Arbeitet zügig, denn geriebene Kartoffeln werden an der Luft schnell grau. Ein Spritzer Zitronensaft hält sie heller.

Die Klingen einer Reibe sind scharf. Grundschulkinder reiben nur mit Resthalter oder Fingerschutz, und einer von euch steht daneben. Reibt jede Kartoffel **nicht bis zum Ende**. Das letzte Stück bleibt übrig, damit die Finger Abstand zur Reibfläche halten.

3 Masse ausdrücken Erwachsene + Kind

Gebt die geriebenen Kartoffeln portionsweise ins Küchentuch. Dann dreht ihr das Tuch zu und wringt es über einer zweiten Schüssel kräftig aus. Das können eure Kinder übernehmen. Ihr könnt die Masse auch in einem feinen Sieb mit einem Löffel fest andrücken.

Je trockener ihr die Masse bekommt, desto knuspriger werden die Puffer. Außerdem spritzt das Fett später weniger. Im aufgefangenen Wasser setzt sich nach einigen Minuten weiße Stärke ab. Gießt das Wasser ab und gebt die Stärke zur Masse.

4 Teig anrühren Kind

Die Zwiebel schält einer von euch Erwachsenen und reibt oder würfelt sie fein. Gebt dann Zwiebel, Eier, Mehl und Salz zu den Kartoffeln. Euer Kind rührt alles mit einem Löffel zu einem gleichmäßigen Teig.

Der Teig enthält rohes Ei, also nascht nicht davon. Wascht euch nach dem Aufschlagen und Rühren die Hände mit Seife. Macht danach gleich weiter, denn stehender Teig zieht Wasser und verfärbt sich.

5 Öl erhitzen Erwachsene

Stellt die Pfanne auf eine hintere Herdplatte und dreht den Stiel nach hinten. Gebt so viel Öl hinein, dass der Boden gut bedeckt ist, und lasst es bei mittlerer Hitze heiß werden. Den passenden Deckel legt ihr griffbereit neben den Herd.

Ab jetzt haben eure Kinder am Herd nichts zu suchen. Heißes Fett spritzt, besonders wenn Feuchtes hineinkommt. Sie können mit Abstand zuschauen, zum Beispiel vom Küchentisch aus. Lasst die Pfanne nie unbeaufsichtigt.

6 Puffer ausbacken Erwachsene

Nehmt mit dem Esslöffel eine Portion Teig ab und lasst sie am Schüsselrand abtropfen. Dann gebt ihr sie langsam ins heiße Öl und drückt sie flach. Zwischen den Puffern lasst ihr Platz.

Nach **3 bis 5 Minuten** ist die Unterseite goldbraun. Dann wendet ihr die Puffer einmal und bratet die zweite Seite genauso lang. Wenn das Fett Feuer fängt, dürft ihr es **nie mit Wasser löschen**. Schaltet den Herd aus, legt den Deckel auf, und wenn es weiter brennt, ruft die 112.

7 Puffer abtropfen lassen Erwachsene

Hebt die fertigen Puffer mit dem Pfannenwender auf den Teller mit Küchenpapier. Das Papier saugt überschüssiges Fett auf. Während ihr weiterbratet, halten sich die ersten Puffer im Backofen bei **50 bis 100 °C** gut warm.

8 Mit Apfelmus servieren Kind

Jetzt sind eure Kinder wieder dran. Sie können die Teller verteilen, Apfelmus danebenlöffeln und probieren, sobald die Puffer nicht mehr zu heiß sind. Wie ihr das Apfelmus selbst kocht, steht unten unter „Verwandte Ideen“.

Gelingt sicher

Trocken ist knusprig

Je mehr Flüssigkeit ihr aus der geriebenen Masse holt, desto knuspriger werden die Puffer. Wringt sie lieber gründlich aus. Eine trockene Masse sorgt außerdem dafür, dass das heiße Öl weniger spritzt.

Die Stärke zurückholen

Im ausgedrückten Kartoffelwasser setzt sich nach einigen Minuten weiße Stärke ab. Gießt das Wasser ab und mischt die Stärke unter den Teig. Sie bindet mit, und ihr braucht weniger Mehl.

Zügig gegen graue Masse

Geriebene Kartoffeln verfärben sich an der Luft grau bis bräunlich, das ist normal. Wenn ihr zügig reibt, ausdrückt und brät, bleiben sie hell. Bereitet den Teig deshalb nicht vor und lasst ihn nicht stehen. Ein Spritzer Zitronensaft hilft zusätzlich.

Sicherheitshinweise

- Heißes Öl ist Erwachsenensache. Fachstellen raten, Kinder etwa bis zum achten Lebensjahr von heißen Pfannen fernzuhalten; solange heißes Fett auf dem Herd steht, haben Kinder an der Kochstelle nichts zu suchen. Pfanne auf eine hintere Platte, Stiel nach hinten, damit kein Kind sie herunterziehen kann.
- Heißes Fett spritzt, wenn Wasser hineinkommt: Die Feuchtigkeit verdampft schlagartig und reißt Fett mit. Deshalb die Masse gut ausdrücken, jede Portion langsam ins Öl geben und die Pfanne nie unbeaufsichtigt lassen.
- Brennendes Fett nie mit Wasser löschen – das führt zu einer Fettexplosion. Herd ausschalten, passenden Deckel auflegen, Feuer ersticken. Brennt es weiter: Notruf 112.
- Die Klingen einer Reibe sind scharf. Die Reibe steht fest, wer reibt, behält die eigenen Finger im Blick. Kinder reiben nur mit Restehalter oder Fingerschutz, und keine Kartoffel wird bis zum Ende gerieben.
- Rohen Teig nicht naschen: Rohe Eier können Salmonellen enthalten, kleine Kinder sollen Speisen mit rohem Ei meiden. Nach dem Aufschlagen Hände mit Seife waschen, die Puffer auf beiden Seiten durchbraten.
- Grüne Stellen und Keime großzügig entfernen, grüne oder stark keimende Knollen aussortieren – dort steckt Solanin. Kleine Kinder sollen Kartoffeln nur geschält essen.

Bitte selbst einschätzen: Wir recherchieren jede Idee sorgfältig und prüfen sie vor der Veröffentlichung. Wie geübt euer Kind ist und wie es bei euch zu Hause aussieht, können wir aber nicht wissen: Die Aufsicht und die Entscheidung, ob eine Idee zu eurem Kind passt, liegen bei euch. Dass etwas gelingt, können wir nicht garantieren. Es gelten unsere AGB, weekend-willi.de/agb.