



Kartoffelkroketten mit Käse - ohne zusätzlich Salz

Herrlich knusprige Kroketten, die mit einem frischen Rohkostsalat eine gute Hauptspeise sind. Als Beilage zu Fleisch oder Fisch machen sie sich auch super.

Zutaten für 4 Personen

- 600 g Kartoffeln, gekocht, abgekühlt, geschält
- 1 Ei
- 220 g Mehl
- 300 g geriebener Emmentaler (oder anderer Käse)
- 1 TL "Majoran" gerebelt
- 2 TL "Liebstöckel" gerebelt
- 1 TL "Bio-Pfeffer" gemahlen
- 100 g kernige Haferflocken

Alle Zutaten bis auf die Haferflocken in eine Schüssel geben und zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten. Aus dem Teig mit feuchten Händen Kroketten formen und in Haferflocken wälzen.

Die Kroketten sollten rundherum mit Haferflocken bedeckt sein. 10 Minuten ruhen lassen.

Backofen auf 200 °C Ober- und Unterhitze vorheizen und Backblech mit Backpapier belegen.

Die Kroketten auf dem Backblech verteilen und bis zur gewünschten Bräune ca. 30 Minuten backen.

Tipp: Ihr könnt die Kroketten auch in der Pfanne mit Öl backen, oder in die heiße Frisöse geben. Danach auf Küchenpapier abtropfen lassen.