



Vegetarische Kartoffelfladen mit Pilzen: Der einfache Pfannen-Trick nach Nordic-Art

Zutaten

Zutaten Kartoffelfladen

- 500 g Kartoffeln
- 50 g Mehl
- Muskatnuss frisch gerieben
- Sonnenblumenöl zum Ausbacken
- Salz & Pfeffer

Weitere Zutaten

- Pilze geputzt
- Salat gewaschen und geschnitten
- Olivenöl
- weißer Balsamicoessig
- 1/2 TL Dijonsenf
- Knoblauch
- 1 Schalotte
- Thymian frisch oder getrocknet
- Salz & Pfeffer

Zubereitung

Die Kartoffeln schälen und im kochenden Salzwasser garkochen. Wenn Sie weich sind das Wasser abschütten und die Kartoffeln gut ausdampfen lassen.



Wenn die Kartoffeln abgekühlt sind, durch eine Kartoffelpresse drücken. Das Mehl, Salz, Pfeffer und frisch geriebene Muskatnuss hinzugeben und alles durchkneten, bis sich das Mehl mit der Kartoffelmasse verbunden hat.

Den Teig in Stücke einteilen und in der Hand vorformen. Dann in eine heiße Pfanne mit Sonnenblumenöl zum Ausbacken geben und mit einem Backformenroller noch etwas ausbreiten. Mit einem Tortenretter oder Teller den Fladen drehen und auch von der zweiten Seite goldbraun backen.

Für die Füllung die geputzten Pilze gegebenenfalls klein schneiden und in einer Pfanne mit etwas klein geschnittenem Knoblauch und einer klein geschnittenen Schalotte anschwitzen und anrösten. Mit Thymian, Salz & Pfeffer würzen.

Den kleingeschnittenen Salat waschen und in eine Schüssel geben. Eine Vinaigrette aus Balsamicoessig, Olivenöl, Dijonsenf, ein Spritzer Honig, Salz & Pfeffer herstellen. Geht sehr gut, wenn man alle Zutaten in einen Shaker/Glas gibt und gut schüttelt. Den Salat damit marinieren und auf einen Kartoffelfladen geben, die Pilze oben drüberstreuen.

Mein Pfannentrick:

Alles, was du brauchst, ist ein Backformroller und einen Tortenretter.

Den Teig habe ich nach dem Kneten in gleich große Stücke geteilt und dann jedes Stück in der Hand etwas plattgedrückt und leicht rund vorgeformt. So viel wie ich es auf einer Hand halten konnte. Dann lege ich den Fladen in die heiße Pfanne und rolle mit einem Backformroller den Teig noch etwas aus und rund. Bei mittlerer Hitze lass ich ihn dann schön die Farbe annehmen und drehe ihn erst wenn er schon etwas fester ist. Beim Drehen verwende ich einen Tortenretter. Es ist wichtig das nicht so viel Fett mehr beim Drehen in der Pfanne ist, gegebenenfalls mit einem Küchentuch vorher aufsaugen. Da aber die Fladen sehr viel Fett beim Ausbacken benötigen, war in meiner Pfanne nichts mehr drin. Bevor ich dann den Fladen vom Tortenretter in die Pfanne zurückgeben, etwas Sonnenblumenöl in die Pfanne geben und kurz erhitzen lassen, dann mit der zweiten Seite hineingeben und goldbraun backen.