

Gefüllte Urkorn-Kartoffelküchlein

Zutaten

für den Teig

600g	Kartoffeln, mehlig kochend
50g	Emmer Grießmehl
150g	Emmer Vollkornmehl „extrafein“
125g	Quark, Magerstufe
1	Ei
	Salz, Muskat, Butter zum Anbraten

Für die Füllung

250g	Champignons
1	Zwiebel
1	EL Butter
10g	Petersilie, gehackt
	Zitronensaft, Pfeffer, Salz



Zubereitung

- Kartoffeln ca. **30 Minuten** gar kochen
- In der Zwischenzeit Champignons putzen und in Scheiben schneiden
- Zwiebel schälen und fein hacken
- Butter in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebel darin glasig dünsten.
- Champignons zugeben + bei mittlerer Hitze anbraten, bis die Flüssigkeit verdampft ist
- Mit etwas Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen. Petersilie hacken und untermischen
- Kartoffeln schälen und noch warm durch eine Kartoffelpresse (Spätzlespresse geht auch) drücken oder stampfen

- Grießmehl, Emmer Vollkornmehl, Quark (vorher abtropfen lassen), Ei, Salz und Muskat zu den Kartoffeln geben.
- Alles gut vermengen und auf einer bemehlten Fläche zu einer Rolle formen
- Die Rolle in ca. **20 Scheiben** schneiden. Jedes Stück rundformen und anschließend flach drücken
- Auf **die Hälfte** der flachen Teigstücke jeweils mittig **1 EL** der Füllung geben und mit einem **zweiten** Teigstück bedecken
- Die Ränder andrücken und in einer beschichteten Pfanne in Butter goldgelb anbraten
- Noch warm mit einem frischen Salat servieren

Tipp für Fleisch-Fans: Zur Füllung noch etwas angebratenes Hackfleisch zugeben