



# Kohlrabi - Rösti mit Sesam

- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 10m
- **Zubereitungszeit:** 20m
- **Fertig in** 30m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '30', 'cook_time' : '20m', 'prep_time' : '10m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Fleischlos, knusprig - lecker, eine abwechslungsreiche Variante

## Zutaten

- 600 g geschälte Kartoffeln, fein geraffelt
- 600 g geschälte Kohlrabi, fein geraffelt
- 2 Zwiebeln, fein gewürfelt oder gerieben
- 4 El Sesamsaat
- 4 El Mehl
- 8 El Pflanzenöl
- Salz, Pfeffer aus der Mühle

## Zubereitungsart

### Schritt1

Die geraffelten Kartoffeln und Kohlrabi in einem Küchentuch gut ausdrücken, salzen und pfeffern, mit dem Mehl und dem Sesam verkneten.

### Schritt2

Jeweils einen guten Esslöffel Masse in das heiße Pflanzenöl geben, flach drücken und von beiden Seiten knusprig braun ausbacken, auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

### Schritt3

Dazu schmeckt der Gekonntgekocht: Avocado - Pfefferschoten - Dip, bunter Frischkäse - Dip oder Frischkäse - Lachs - Kräuter Dip.

**Rezeptart:** Kartoffelgerichte, Vegetarisch **Tags:** fleischlos, sesam, vegetarisch

## Nährwertangabe

Informationen pro Portion:

- Energie (kcal)512
- Fett (g)33
- KH (g)44
- Eiweiss (g)9
- Ballast (g)8

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/kohlrabi-roesti-mit-sesam/>