

Frittierte Broccoli mit Sour Cream



Zutaten für ca. 18 Stück:

1 Broccoli

Salz für das Kochwasser

Öl zum Frittieren

200 g Sour Cream (Fertigprodukt aus dem Kühlregal)

Backteig:

150 g Mehl

2 Msp Salz

175 ml eisgekühltes Bier

1. Mehl, Salz und Bier gut verrühren, bis der Teig die Konsistenz eines Crêpeteigs hat. Teig 30 Minuten ruhen lassen.

2. Broccoliröschen abschneiden, eventuell noch in grobe Scheiben teilen.

3. In reichlich Salzwasser 5-7 Minuten blanchieren. Gut abtropfen lassen.

4. Fritteuse auf 180° C vorheizen.

5. Broccoliröschen einzeln in dem Teig wenden, abtropfen lassen und sofort in das heiße Fett geben. Damit die Teighülle nicht verletzt wird, Röschen mit einem Löffel wenden. Wenn sie auf beiden Seiten eine gold-

gelbe Farbe angenommen haben, herausnehmen und auf Küchenpapier entfetten. Jeweils nur 4-6 Teile gleichzeitig frittieren. Das Frittieren dauert je nach der Temperatur des Fettes etwa 3-4 Minuten.

6. Fertig frittierte Röschen im Backofen bei 100°C warm halten.

7. Sour Cream in kleinen Schälchen als Dip servieren.

Hinweise:

Frisches Frittieröl verwenden, sonst kommt der feine Broccoligeschmack nicht zum Tragen.

Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 45 min, Gesamtzeit ca. 60 min, warme Häppchen, Vorspeisen, Gemüse, vegetarisch, mediterran

Rezept und Foto: Walter
Stand 18.01.2023