



Rezept

Kohlrabi-Fries

So gut, dass sie fast alle anderen Fries in den Schatten stellen

40 Min

Aktive Zeit



40 Min

Gesamtzeit



Zutatenliste für 4 Personen

KOHLRABI

2 Kohlrabi in ca. 5 mm dicke Stäbchen schneiden

1 Ei, verquirlt

80 g Paniermehl oder gemahlenes Brot

1 l Fittieröl

1 TL Salz

SAUCE

100 g Mayonnaise

50 g Magerquark

1/2 roter Chili, fein gehackt, entkernt

1 EL Paprikapulver

Salz, Pfeffer

Und so wird's gemacht

1 von 2

SAUCE

Mayonnaise mit Quark, Paprikapulver und Chili mischen, würzen.

2 von 2

KOHLRABI

Kohlrabi zuerst im Ei, dann im Paniermehl wenden. Portionsweise im 170°C heißen Öl ca. 6 Minuten frittieren. Herausnehmen, abtropfen lassen (z.B. auf Haushaltspapier), salzen, mit der Sauce servieren.