

FRITTIERTE ZWIEBELBLUME / ONIONFLOWER



Die frittierten Zwiebelblumen sind außen kross und innen weich. Geschmacklich sind sie wirklich grandios und in Verbindung mit der Sour Cream unschlagbar!



Zubereitungszeit

40 Minuten

PORTIONSRECHNER:

Portionen: 6

ZUBEREITUNG ZWIEBELBLUME

Schäle die Zwiebeln und schneide die Wurzel ganz vorsichtig weg, so dass die Zwiebel noch genügend Wurzel dran hat. Schneide die Zwiebel in 16 Teile, schneide sie aber nicht durch! Das geht am besten mithilfe von 2 Teighölzern. Verrühre nun die Eier mit dem Salz, dem Pfeffer und dem Paprikapulver. Bemehle die Zwiebeln nun so, dass auch zwischen den einzelnen Schichten Mehl ist.

Lege die Zwiebel dann in einen tiefen Teller und übergieße sie mit den verrührten Eiern so, dass überall, auch in den Zwischenräumen Ei ist. Bemehle sie danach erneut.

Erhitze etwa 2-3 Liter Frittierfett in einem mittelgroßen Topf. Der Topf sollte so groß sein, dass das Fett beim Einsetzen der Zwiebel nicht überschwappt und so groß, dass die Zwiebel darin schwimmen kann. Setze nun die Zwiebeln nacheinander in das heiße Fett und gare sie darin von der einen Seite für etwa 4-7 Minuten und für 2-3 Minuten von der Rückseite.

ZWIEBELBLUME IM BACKOFEN ZUBEREITEN

Besprühe die fertig panierten Zwiebeln mit Backtrennspray und lege sie auf eine Dauerbackfolie oder ein Backpapier und backe sie im vorgeheizten Ofen bei 210 °C O/U für etwa 15-20 Minuten. Achte darauf, dass sie nicht verbrennen!

ZUBEREITUNG SOUR CREAM

Reibe die Knoblauchzehe fein und verrühre alle Zutaten miteinander.

Nun kann sich jeder ein Stück der Zwiebel abbrechen und in die Sour Cream dippen.

Viel Spaß beim Nachmachen! Eure Sally <3

ZWIEBELBLUME:

- 3 Zwiebeln (groß)
- 2 Eier
- ¼ TL Salz
- ¼ TL Pfeffer
- ½ TL Paprikapulver (edelsüß oder rosenscharf)
- 400 g Mehl

SOUR CREAM:

- 200 g saure Sahne
- 100 g Joghurt (10 %)
- 1 Knoblauchzehe
- 2 EL Olivenöl
- ¼ TL Salz
- ¼ TL Pfeffer