

Su Vössing

# RAN AN DIE FRITTEUSE



**Outdoor  
frittieren**

Die perfekte  
Ergänzung für dein  
Grillvergnügen

**Viel mehr als nur die besten Pommes deines Lebens!**



Die perfekten Pommes



Falafeln mit Mandel-Minze-Dip



Gemüse-Tempura mit Asia-Dip



Calamari mit klassischer Safranrouille



Kräuterspargel in knuspriger Petersilienpanade



Hähnchenunterschenkel mit BBQ-Sauce



Paniertes Ei mit Spinat und Honig-Senf-Sauce



Frittierte Eiscreme mit Brombeeren



Rosenküchle mit heißem Kirschkompott

## Inhalt

- 9 Heiß und köstlich
- 10 Die richtige Wahl der Fritteuse
- 12 Der perfekte Aufstellort für den ganzjährigen Betrieb
- 14 Kleine Fettkunde
- 16 Über Öle und Fette
- 18 Richtig ausgerüstet

### REZEPTE

- 21 Fritten-Workshop
- 37 Vegetarisch
- 83 Fleisch und Geflügel
- 119 Fisch und Meeresfrüchte
- 149 Süß und luftig

- 182 Alle Dips, Saucen und Dressings auf einen Blick
- 186 Rezeptregister
- 187 Zutatenregister
- 192 Dank und Impressum



## Heiß und köstlich

Gibt es etwas Besseres als perfekt krosse Pommes oder frisch Frittiertes? Die Ummantelung mit knackigen und leckeren Krusten, die das Gargut versiegelt, führt zu unvergleichlichem Geschmack. Jedes Lebensmittel entfaltet ein sehr reines Aromenspiel, ganz gleich, ob Fleisch, Fisch, Gemüse oder Obst. Deswegen ist Frittieren eine unverzichtbare Zubereitungstechnik in den Profiküchen weltweit und du solltest diese großartige Methode unbedingt auch zu Hause anwenden.

Häufig werden frittierte Speisen als ungesundes Junkfood dargestellt – zu Unrecht. Denn wenn man sich an einige sehr überschaubare Regeln hält, steht diesem Vergnügen nichts entgegen. Nur sehr frische und beste Lebensmittel sollten verwendet und die Temperatur sollte sorgfältig eingehalten werden, das Frittieröl sollte hitzestabil und von ausgezeichneter Qualität sein. Alles richtig gemacht, wird es bekömmlich, köstlich und zum echten Gourmetvergnügen.

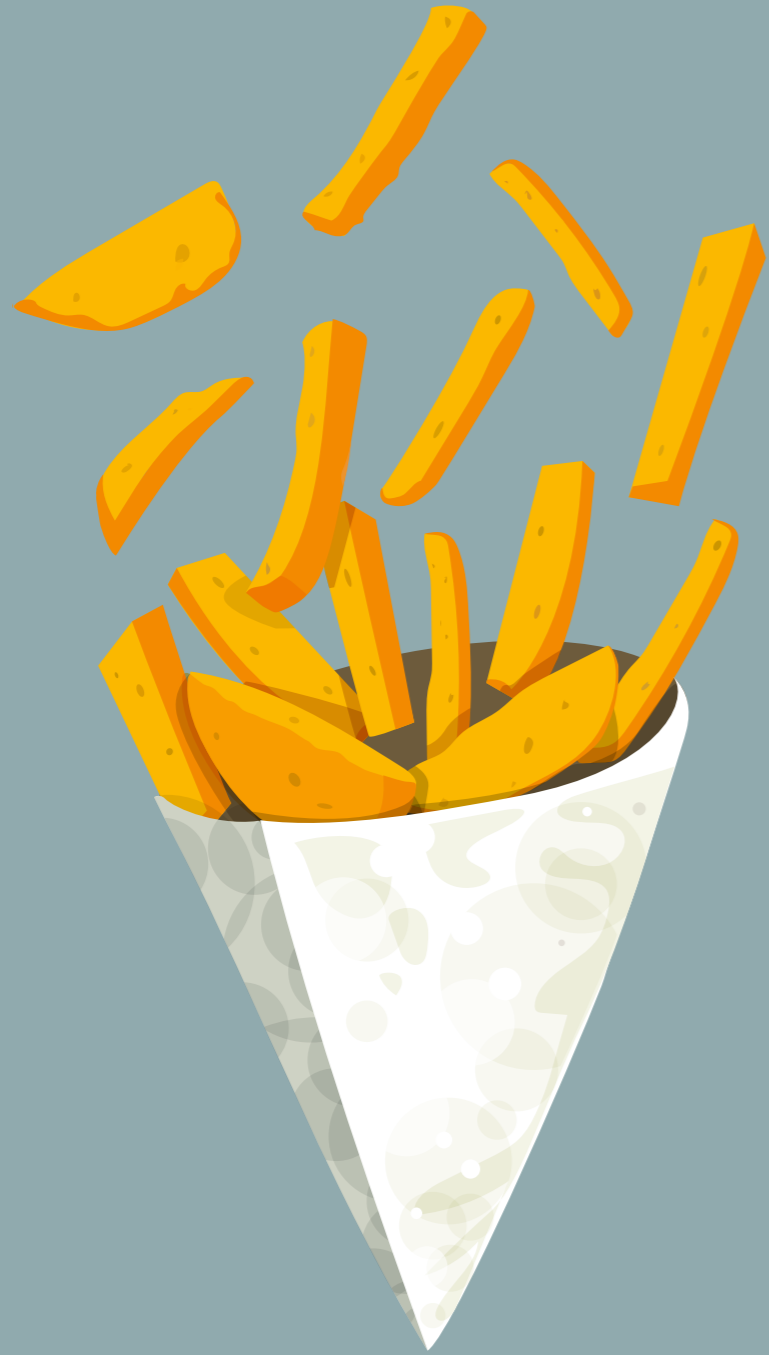
Viele Gründe sprechen jedoch dafür, die Fritteuse räumlich aus dem Haus zu verbannen, denn die Geruchsbelästigung ist auch mit besten Abzugshauben nie ganz zu vermeiden, besonders bei

Verwendung tierischer Fette. Ich nutze meine beiden Fritteusen zu Hause deshalb grundsätzlich nur im Freien; an der frischen Luft stören mich an kalten Tagen dann weder Wintermantel noch Wollmütze. Mein persönlicher Tipp dazu: Selbst auf dem kleinsten Balkon kann eine gut abgedeckte Fritteuse ihren Platz finden – es lohnt sich!

Dieses Buch ist eine Sammlung meiner fantastischsten Rezepte zum Thema „Frittieren“. Nutze es auch als Inspirationsquelle und Grundlage für viele eigene Experimente und Neukreationen an der Fritteuse. Die größte Überraschung bei diesem Projekt waren für mich die herzhaften und süßen Backwaren. Solche sensationellen Brötchen habe ich in meiner Karriere als Sterneköchin noch nie gegessen! Probiere sie unbedingt selbst aus, mit besten Zutaten und qualitativ hochwertigem Fett, oder genieße die besten Pommes der Welt und viele andere überraschende frittierte Köstlichkeiten!

Sehr viel Freude an der Fritteuse wünscht dir  
deine Su Vössing!

*Su Vössing*



# FRITTEN-WORKSHOP

## oder die Suche nach den perfekten Pommes

Meine ersten Recherchen zu den optimalen Fritten habe ich im Internet gemacht – keine wirklich gute Idee. Schon bei der Frage, welche Kartoffel wohl die beste ist, scheiterst du grandios, weil jede Website etwas anderes behauptet. Es gibt wohl keine Kartoffelsorte, die im Web nicht als Optimum empfohlen wird. Am Ende hat nicht ein einziges Rezept, das ich dort gefunden habe, zum gewünschten Erfolg geführt, obwohl die Pommes auf den Fotos oft toll aussahen. Letztlich waren die Pommes, streng nach Rezept zubereitet, entweder viel zu dunkel oder eben auf dem Teller nicht mehr knusprig.

Atemberaubend waren dabei die Begründungen, warum man einzelne Schritte genau so machen soll, wie sie angegeben waren. So wurde zum Beispiel empfohlen, Pommes einzufrieren, weil die Zellen aufplatzen, da das Wasser dann besonders schnell verdunstet und die Fritten richtig knusprig werden. Von wegen: Das Einfrieren bringt nichts, schadet aber auch nicht. Immerhin lassen sich Pommes aber so wenigstens für den nächsten Tag vorbereiten. Oder man findet Temperaturempfehlungen, die mit keiner Fritteuse zu Hause umsetzbar sind: „Vorfrühen: Kartoffeln portionsweise bei möglichst exakt 130 °C in Fritteuse oder Topf mit eingehängtem Thermometer

in dem Öl 3 Minuten vorfrühen.“ Beim Ausprobieren stellte ich fest: Spätestens wenn man die Fritten ins Öl gibt, rauscht die Temperatur zwischen 10 und 25 °C runter, selbst bei kochend heißen, vorgegärten Pommes. Solche Rezepttipps führen nur zu Frust, aber leider nicht zum Ziel.

Am Ende blieb von all dieser Pseudowissenschaft sehr wenig übrig. Jede Kartoffel ist ein bisschen anders, jeder Schnitt von Hand sowieso, das Öl, die Fritteuse und die Außentemperatur sind ebenfalls variable Faktoren.

Nach unzähligen Tests und zig Säcken Kartoffeln blieb eine Zubereitungsmethode übrig, die zwar erst mal aufwendig klingt, aber bereits Dutzende Male sicher zum Ziel geführt hat, auch wenn man sie in den Details mit Gefühl variiert. Und sie wirkt sich durch die sehr kurze Frittierzeit bei hoher Temperatur günstig auf eine sehr geringe Acrylamidbelastung aus.

Eigentlich sollten Rezepte immer sehr einfach sein, hier kommt es aber auf die Feinheiten an. Deswegen ist das Rezept für meine besten Pommes sehr detailliert. Und das lohnt sich wirklich. Schon beim zweiten Mal genügt dann die ganz kurze Form (siehe nächste Seiten).

### Fritteuse „PETIT“ von Bartscher

**Vorteile:** günstig in der Anschaffung (ab 45 Euro), nur 3 Liter Öl notwendig, kompakt, sehr gut zu reinigen, Heizeinheit komplett abnehmbar, der Rest kann in die Spülmaschine; komplett aus Edelstahl, frittiert wird ohne Deckel, maximale Füllmenge 400 g Rohware. Das entspricht in etwa drei mittleren Portionen Pommes bei McDonald's. Fritteusen mit Deckel konnten mich übrigens nicht zu 100 % überzeugen, weil das Ergebnis nicht so knusprig wird und auch die Temperaturkontrolle bei geschlossenem Deckel zum Glücksspiel wird.

### Öl: Biskin® EXTRA HEISS

Sehr hoher Rauchpunkt, unbedenklich sogar bis 210 °C, sehr angenehm und neutral im Geschmack; 1 Liter etwa 5 Euro. Andere neutrale Öle sind möglich, sollten aber ausdrücklich für die hohen Temperaturen geeignet sein. Einfaches Frittieröl funktioniert auch, schmeckt aber eben nach einfachem Frittieröl.

### Kartoffeln

**Mein Favorit:** Cilena (festkochend)

**Vorteile:** fast überall erhältlich (knapp 10 % Marktanteil), gut als große Kartoffeln zu bekommen, was schöne lange Pommes ergibt.

Viele andere Sorten sind auch geeignet. Probiere zuerst die, die du noch zu Hause hast. Einige Sorten, zum Beispiel Belana, die oft für Pommes empfohlen werden, empfand ich frittiert als zu süßlich.

### Schnitt

Ich habe alles von 4 bis 8 mm probiert, alle waren wunderbar. Noch dicker geht sicherlich auch, aber dann müssen alle Zeiten eventuell noch mal angepasst werden.

### Vorbereiten

Fritteuse ohne Deckel auf 140 °C vorheizen (offene Fritteusen sollen laut Herstellerangaben nie mit

Deckel betrieben werden; siehe Seite 26), Thermometer (zum Beispiel digitales Taschenthermometer von Weber; 15 Euro) zur Kontrolle nutzen.

**Gebraucht werden:** bis zu 400 g gestiftete Kartoffeln, hitzefeste kleine Schüssel, zum Beispiel aus Edelstahl, die mindestens etwa 1 Liter Fassungsvermögen haben sollte, digitales Thermometer (zum Beispiel von Weber), Küchenrolle, gut funktionierender Salzstreuer mit eher feinem Meersalz, Uhr mit Timer-Funktion.

### Vorgaren

Topf mit 1,5 Liter Wasser füllen, zum Sieden bringen und Temperatur von etwa 80 bis 95 °C halten, 2 EL einfachen Essig (egal welchen; keine Essigessenz) hineingeben. So behandelt, laufen die Kartoffeln zuverlässig nicht mehr grau an.

Kartoffeln pro Millimeter Dicke 1 ½ Minuten in das siedende Wasser geben, 7 mm dicke Pommes also 10 ½ Minuten vorgaren. Da jede Kartoffel etwas anders ist, einfach einen Durchschnitt schätzen. Übrigens: Wenn deine Pommes einen Querschnitt von beispielsweise 5 mm × 7 mm haben, zählt die kürzere Kante für die Berechnung der Garzeit. In diesem Fall wären es 7 ½ Minuten.

Das Messen einzelner Pommes ist wenig sinnvoll. Lege deswegen zehn Stück nebeneinander, mit der kürzesten Seite nach unten, schiebe sie der Länge nach zusammen, sodass keine Zwischenräume bleiben, und miss dann die Gesamtbreite und teile durch 10 (siehe Foto auf Seite 24).

Danach mit einer Schöpfkelle auf Küchenkrepp oder ein sauberes Spültuch setzen und trocken rubbeln (Vorsicht, heiß!). Komplett auskühlen lassen. Wenn du ein Stück von einer Kartoffel probierst, sollte sie fast gar sein, aber eben nur fast. Jeder weiß ja, wie eine Kartoffel schmeckt, die eben noch nicht ganz, aber fast gar ist. Dann in aller Ruhe ab auf das Backblech und von dort in die vorgeheizte Fritteuse



Schnitt



Vorbereiten



Vorgaren



Trocknen

# Mediterrane Pommes mit Parmesan und Rosmarin

**Zubereitungszeit 15 Minuten**  
**Wässern 1 Stunde**  
**Frittierzeit 2 x 4-5 Minuten**

## Für 3 Personen

### Pommes

1,6 kg festkochende Kartoffeln  
 2,5–3 l Raps- oder Sonnenblumenöl  
 zum Frittieren

### Mayonnaise\*

1 Eigelb (Größe M)  
 30 g mittelscharfer Senf  
 je 10 g Apfelessig und Zitronensaft  
 25 g Ahornsirup oder Honig  
 125 g Sonnenblumenöl  
 Meer- oder Steinsalz und Pfeffer

### Dazu

Nadeln von 3 Rosmarinzweigen  
 abzupfen und hacken  
 1 EL geriebener Parmesan  
 7–8 g Fleur de Sel  
 Ketchup nach Wahl

### Außerdem

Stabmixer und hoher Mixbecher  
 Backblech mit Küchenpapier auslegen  
 Backofen mit Edelstahlschüssel auf  
 90 °C Umluft vorheizen

\* Alternative Dips, Saucen und Dressings findest du ab Seite 182.

**Kartoffeln** schälen und der Länge nach in 8 mm dicke Scheiben schneiden. Die Scheiben in 1–1,5 cm dicke Stifte schneiden, unter kaltem Wasser abspülen. Anschließend in eine große Schüssel mit kaltem Wasser geben und 1 Stunde ruhen lassen. Nach 30 Minuten einmal das Wasser wechseln. • In der Zwischenzeit für die Mayonnaise das **Eigelb** mit den restlichen **Zutaten** in einen hohen Mixbecher geben. Den Stabmixer hineingeben, die Zutaten auf kleiner bis mittlerer Geschwindigkeit anmixen und den Stabmixer bei laufendem Motor ganz langsam nach oben ziehen. So lange mixen, bis eine glatte, cremige Masse entsteht. Die Mayonnaise abschmecken und auf der höchsten Stufe noch mal kräftig durchmixen. Abfüllen und kalt stellen. • Die Kartoffelstifte abgießen, kalt abbrausen, auf einem Sieb abtropfen lassen. Auf einem Küchentuch gut trocken rubbeln. Die Kartoffeln am besten in zwei Partien frittieren: zunächst auf 130 °C frittieren, herausnehmen und auf dem Backblech abtropfen lassen. Dann das **Frittieröl** auf 190 °C erhitzen und die Pommes zum zweiten Mal (wieder in zwei Partien) frittieren. Die fertigen Pommes in die heiße Schüssel geben und im Backofen warm halten. • Zum Schluss **Rosmarin, Parmesan** und **Meersalz** vermengen, über die Pommes geben, schwenken. Mit Mayonnaise und **Ketchup** servieren.



# Falafeln mit Mandel-Minze-Dip

**Zubereitungszeit** 25 Minuten  
**Einweichzeit** über Nacht  
**Kühlzeit** 1 Stunde  
**Frittierzeit** 2 × 4–5 Minuten

## Für 16 Stück

### Falafeln

200 g getrocknete Kichererbsen über Nacht in reichlich kaltem Wasser einweichen  
 200 g gekochte Kichererbsen aus der Dose abspülen und abtropfen lassen  
 15 g glatte Petersilie  
 15 g frischer Koriander  
 60 g Zwiebel schälen, fein würfeln  
 2 Knoblauchzehen schälen, hacken  
 12 g Meer- oder Steinsalz  
 2–3 g Cumin  
 2 gute Prisen Chiliflocken  
 10 g Backpulver  
 Pfeffer

2,5–3 l Öl zum Frittieren

### Mandel-Minze-Dip\*

100 g weiße Mandelkerne  
 1 kleine Knoblauchzehe schälen  
 70 g Zitronensaft  
 50 g Tahin  
 50 g Olivenöl  
 Meersalz und Pfeffer  
 30 Minzeblätter

später 40 g kaltes Mineralwasser

### Außerdem

Küchenmaschine mit Fleischwolf mit feiner Scheibe, Flachrührer oder Foodprozessor  
 Eisportionierer mit Auswurf Funktion  
 kleines Backblech mit Backpapier auslegen  
 Hochleistungsblender/Standmixer oder normaler Blender

\* Alternative Dips, Saucen und Dressings findest du ab Seite 182.

Beide abgetropften Sorten **Kichererbsen** mit den **Kräutern** im Wechsel durch den Fleischwolf direkt in die Rührschüssel der Küchenmaschine lassen. **Zwiebeln, Knoblauch, Salz, Cumin, Chiliflocken, Backpulver** und etwas **Pfeffer** zugeben und alles mit dem Flachrührer gut vermengen. • Aus der Masse mit dem Eisportionierer 16 Portionen abstechen und mit feuchten Händen zu Kugeln formen, auf das Backblech setzen und 1 Stunde kalt stellen. • Die **Mandeln** mit **Knoblauch, Zitronensaft, Tahin, Olivenöl** und 150 g kaltem Wasser in den Behälter des Blenders geben, mit **Meersalz** und **Pfeffer** würzen und auf kleiner Stufe erst einmal kurz anmixen. Dann auf voller Stufe 45–60 Sekunden durchmischen. Die Masse sollte schön cremig und ohne Stückchen sein. Die **Minzeblätter** zugeben und erneut kurz durchmischen. Dabei nur so lange mixen, bis die Minze gut zerkleinert ist und die Creme eine leicht grünliche Farbe hat. In eine Schüssel abfüllen und kalt stellen. Erst kurz vor dem Servieren das kalte **Mineralwasser** einrühren, da der Dip gut anzieht. • Das **Öl** auf 175 °C erhitzen. Je acht Falafelbällchen im heißen Öl jeweils 4–5 Minuten frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und mit dem Dip servieren.

**Tipp** Wenn du keinen Hochleistungsblender besitzt, weiche die Mandeln über Nacht in einer Schüssel mit kaltem Wasser ein.



## Knusperkartoffeln mit Spargel und Kräutersauce

**Zubereitungszeit** 30 Minuten  
**Garzeit** 26–30 Minuten  
**Frittierzeit** 3–4 Minuten

### Für 2 Personen

#### Kartoffeln

500 g gleich große Drillinge  
 Meersalz  
 2,5–3 l Öl zum Frittieren

#### Kräutersauce\*

100 g frische gemischte Kräuter  
 (z. B. Kerbel, Petersilie, Sauerampfer,  
 Pimpinelle, Melisse, Koriander,  
 Estragon, Dill) plus Kräuter für  
 die Deko  
 100 g Schmand  
 100 g Crème fraîche  
 30 g frischer Zitronensaft  
 Meersalz und Pfeffer

#### Spargel

1 kg weißer Spargel mittlerer Stärke  
 30 g Olivenöl  
 Meer- oder Steinsalz und Pfeffer

#### Außerdem

Blender/Standmixer (alternativ  
 Stabmixer)  
 große Viereckpfanne mit Deckel

\* Alternative Dips, Saucen und  
 Dressings findest du ab Seite 182.

Die **Kartoffeln** in kaltem Wasser aufsetzen, aufkochen, **salzen** und 22–24 Minuten kochen. Abgießen und kurz auf dem Herd ausdampfen lassen. Die Kartoffeln auf ein Blech geben, etwas abkühlen lassen, pellen und zur Seite stellen. • Für die Kräutersauce die **Kräuter** grob hacken und mit den restlichen **Zutaten** in den Mixbehälter geben. Auf kleiner Stufe beginnend anmixen und dann 30–45 Sekunden kräftig durchmischen. Je nach Blender eventuell etwas länger mixen. Die Sauce sollte sehr fein sein. Anschließend mit **Meersalz** und **Pfeffer** abschmecken und noch einmal kurz mixen. Die Sauce kalt stellen. • Den **Spargel** schälen, am unteren Ende 2 cm abschneiden. Mit **Olivenöl**, 120 g Wasser, **Meersalz** und **Pfeffer** in die Pfanne geben. Mit Deckel aufkochen und den Spargel 4 Minuten auf voller Hitze kochen lassen. Danach ohne Hitze weitere 2–3 Minuten ziehen lassen. • Das **Öl** auf 180 °C erhitzen und die Kartoffeln darin 3–4 Minuten knusprig frittieren und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Mit Spargel und Sauce anrichten und mit **Kräutern** ausdekorieren.

**Tipp** Den Spargel vor dem Schälen am besten 5 Minuten in kaltes Wasser legen. Dann lässt er sich besser schälen und das Spargelköpfchen ist sauber. Die Kartoffeln sind für 2 Personen gerechnet, allerdings schmecken sie so köstlich, dass du eventuell mehr davon einplanen solltest.



## Gebackener Camembert mit frittierter Petersilie

Zubereitungszeit 15 Minuten  
Frittierzeit 4–6 Minuten

### Für 2 Personen

#### Käse

- 1 Ei (Größe L)
- 2 EL Sahne
- 2 EL Mehl zum Panieren
- 70 g Pankomehl
- 2 Rahmcamemberts à 125 g
- 2,5–3 l Raps- oder Sonnenblumenöl

#### Dazu

- 1 halbe Cantaloupe-Melone,  
Kerne entfernen
- 2 EL Rote-Johannisbeer-Konfitüre
- 50 g Meerrettich-Frischkäse
- Blätter von ½ Bund krauser  
Petersilie abzupfen
- Meersalz

#### Außerdem

- Panierschalen

Für den Käse das **Ei** mit **Sahne** verquirlen und in eine Panierschale geben. Das **Mehl** und das **Pankomehl** ebenfalls jeweils in eine Panierschale geben. • Den **Camembert** im Mehl wälzen, gut abklopfen, durch das Ei ziehen und dann gründlich im Pankomehl panieren. Diesen Vorgang wiederholen; der Käse wird also zweimal paniert. • Die **Melone** in vier Stücke schneiden und das Fruchtfleisch mit einem Messer von der Schale lösen. • Das **Öl** auf 170 °C erhitzen. Die **Johannisbeerkonfitüre** und den **Meerrettich-Frischkäse** jeweils in Schälchen füllen. • Zunächst die **Petersilie** frittieren. Vorsicht: Sie spritzt unglaublich! Deshalb die Petersilie außerhalb der Fritteuse in den Frittierkorb geben, dann den Korb ins heiße Öl tauchen und sofort den Deckel daraufgeben. 30–35 Sekunden frittieren und auf Küchenpapier abtropfen lassen. • Die beiden Camemberts in die heiße Fritteuse geben und gut 4–5 Minuten knusprig frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen. • Die Petersilie kurz vor dem Servieren leicht **salzen** und mit den restlichen Zutaten anrichten. • Ich mochte diese Speise schon als Kind und sie hat ihren Charme nicht verloren.

**Tipp** Junger, fester Camembert braucht eine lange Frittierzeit. Je reifer und weicher der Camembert, desto kürzer muss er frittiert werden.





## Gemüse-Tempura mit Asia-Dip

**Zubereitungszeit 20 Minuten**  
**Frittierzeit 8–10 Minuten**

### Für 2 Personen

#### Gemüse

1 Schlangenspaprika  
1 kleiner Brokkoli  
4 Champignons  
1 kleine Zucchini  
4 Bundkarotten

#### Asia-Dip\*

50 g Ketjap Manis  
(süße indonesische Sojasauce)  
50 g Ketchup  
20 g Ahornsirup  
10 g Zitronensaft  
1 Selleriestange in kleine  
Würfel schneiden

#### Teig

160 g Weizenmehl Type 405  
100 g Speisestärke  
16 g Backpulver  
6 g Meersalz  
20 g Sonnenblumenöl  
300 g eiskaltes Mineralwasser  
mit Kohlensäure  
2,5–3 l Erdnuss-, Sonnenblumen-  
oder Rapsöl

#### Außerdem

Schaumkelle  
großes Backblech mit Backpapier  
auslegen

\* Alternative Dips, Saucen und Dressings findest du ab Seite 182.

Das Kerngehäuse der **Paprika** entfernen und die Paprika in dicke Scheiben schneiden. Den **Brokkoli** in gleichmäßige Röschen teilen. Die **Champignons** halbieren, die **Zucchini** in Stifte schneiden. Die **Karotten** schälen und der Länge nach halbieren. • Für den Dip die **Zutaten** miteinander verrühren. • Für den Teig das **Mehl** mit **Speisestärke**, **Backpulver** und **Salz** vermischen. Das **Sonnenblumenöl** und das eiskalte **Mineralwasser** mit einem Schneebesen einrühren und kurz stehen lassen. • Das **Öl** auf 180 °C erhitzen. Die Gemüsestücke sortenweise durch den Teig ziehen und im heißen Öl jeweils 1–2 Minuten knusprig frittieren. Mit der Schaumkelle herausnehmen. Gemüse auf dem Backblech abtropfen lassen.

**Tipp** Tempura frittiere ich am liebsten im Topf, da sich der Teig gern im Frittierkorb festsetzt.

## Wan Tan mit Ricottafüllung und Zucchini spaghetti

**Zubereitungszeit** 25–30 Minuten  
**Marinierzeit** 15 Minuten  
**Frittierzeit** 2 × 1–2 Minuten

### Für 2 Personen

#### Füllung

125 g Zucchini  
 Meer- oder Steinsalz  
 125 g Ricotta  
 20 g Kürbiskerne hacken  
 15 g Petersilie hacken  
 15 g Minzeblätter hacken  
 5 g Hefeflocken  
 Pfeffer

#### Dazu

16 Wan-Tan-Blätter  
 1 Eiweiß zum Einstreichen  
 2,5–3 l Öl zum Frittieren  
 80–100 g süßscharfe Chilisauce

#### Zucchini spaghetti

500 g gelbe Zucchini  
 40 g Olivenöl  
 Blätter von 4–5 Thymianzweigen  
 abzupfen, hacken  
 Meersalz und Pfeffer

#### Außerdem

Küchenreibe  
 kleines Backblech mit  
 Backpapier auslegen  
 Spiralschneider

Für die Füllung die **Zucchini** fein reiben, leicht **salzen** und 15 Minuten ziehen lassen. Dann gut ausdrücken und mit **Ricotta**, **Kürbiskernen**, **Petersilie**, **Minze** und **Hefeflocken** in eine Schüssel geben. Gut vermengen und mit **Meersalz** und **Pfeffer** würzen. • **Wan-Tan-Blätter** am Rand mit **Eiweiß** einstreichen und jeweils 1 TL von der Füllung mittig hineinsetzen. Den Teig wie ein Kleeblatt einschlagen und andrücken. Auf das Backblech setzen und zur Seite stellen. • Für die Zucchini spaghetti die **Zucchini** von den Enden befreien und mit dem Spiralschneider zu Spaghetti abziehen. In einer großen Pfanne das **Öl** mit **Thymian** erhitzen, leicht mit **Meersalz** und **Pfeffer** würzen, die Zucchini zugeben und auf voller Hitze 2–3 Minuten braten. Auf ein Sieb geben und abtropfen lassen. • Das **Öl** auf 170 °C erhitzen. Die Wan Tan darin in zwei Partien 1–2 Minuten frittieren und mit den Zucchini spaghetti und der **Chilisauce** anrichten.

**Tipp** Von den abgetropften Zucchini verwende ich gern 3–4 EL Sud und verrühre ihn mit der Chilisauce. Das macht die Sauce ein bisschen feiner.

## Hähnchenunterschenkel mit BBQ-Sauce

**Zubereitungszeit 25 Minuten**  
**Marinierzeit 4–6 Stunden**  
**Frittierzeit 2 × 16–18 Minuten**

### Für 3 Personen

#### Geflügel

10 Hähnchenunterschenkel  
 25 g Meersalz  
 50 g Zucker  
 30 g Schalotte ohne Schale  
 1 Knoblauchzehe schälen, pressen  
 2,5–3 l Öl zum Frittieren

#### Panade

240 g Weizenmehl Type 405  
 60 g Maisstärke  
 10 g Backpulver  
 8 g feines Meer- oder Steinsalz  
 je 5 g Paprika-, Knoblauch- und  
 Zwiebelpulver

#### Teig

Hälfte der Panade  
 2 Eier (Größe M)

#### Außerdem

Backofen zum Warmhalten auf 80 °C  
 Ober-/Unterhitze vorheizen  
 1 große Schüssel  
 2 mittelgroße Schüsseln  
 Backblech mit Backpapier auslegen  
 BBQ-Sauce (Fertigprodukt)

Die **Hähnchenunterschenkel** kalt abwaschen und trocken tupfen. Mit einem kleinen Messer oberhalb des Gelenks die Haut durchschneiden und den Knorpel vom Knochen lösen. Ich entferne auch immer die Haut von den Schenkeln, da sie nicht knusprig wird. 1 Liter Wasser mit **Salz, Zucker, Schalotte** und **Knoblauch** in die große Schüssel geben und mit einem Schneebesen gut verrühren. Die Hähnchenstücke hineingeben und 4–6 Stunden im Kühlschrank marinieren lassen. • Für die Panade die **Zutaten** in einer mittelgroßen Schüssel vermengen und die Hälfte davon in die zweite Schüssel geben. Eine Schüssel ist für die Panade und die andere für den Teig. Den Teig erst kurz vor dem Frittieren anrühren. Dafür die **Eier** und 100 g eiskaltes Wasser in eine der Schüsseln zur Panade geben und mit einem Schneebesen glatt rühren. • Die Hähnchenstücke auf Küchenpapier trocken tupfen. Die Schenkel durch den Teig ziehen, am Schüsselrand etwas abstreifen und locker mit der Panade umhüllen. Direkt auf das Backblech geben. • Das **Öl** auf 170 °C erhitzen. In zwei Parteien ohne Frittierkorb je 16–18 Minuten frittieren. Wichtig: Die Schenkel bei 170 °C ins Öl geben und dann die Fritteuse auf 160 °C stellen. Für die zweite Partie das Öl wieder auf 170 °C erhitzen. Fertige Schenkel im Backofen warm halten und mit **BBQ-Sauce** servieren.

# Kräuterspargel in knuspriger Petersilienpanade

**Zubereitungszeit 30 Minuten**  
**Garzeit 3 Minuten**  
**Ruhezeit 15 Minuten**  
**Frittierzeit 2 × 2–3 Minuten**

## Für 2 Personen

### Spargel

100 g Tramezzini-Brot in Würfel schneiden  
 50 g kernige Haferflocken  
 30 g glatte Petersilie grob hacken  
 10–12 dünne Stangen Spargel  
 Meer- oder Steinsalz  
 2,5–3 l Öl zum Frittieren

### Dazu

2 EL Mehl zum Wälzen  
 1 Ei (Größe L)  
 1 EL Sahne  
 10–12 Scheiben schöner Schinken

### Zitronen-Vinaigrette\*

80 g rote Zwiebel schälen, fein würfeln  
 50 g Zitronen-Limettensaft  
 25 g Ahornsirup oder flüssiger Honig  
 Meersalz und Pfeffer  
 30 g Sonnenblumenöl

### Außerdem

Foodprozessor  
 2 Backbleche mit Backpapier auslegen  
 Viereckpfanne mit Deckel oder großer Topf  
 2 Panierschalen

\* Alternative Dips, Saucen und Dressings findest du ab Seite 182.

Die **Tramezzini-Würfel** mit **Haferflocken** und **Petersilie** eventuell in zwei Partien in den Foodprozessor geben und gut durchmischen, bis die Mischung eine grüne, krümelige Struktur hat. Die Masse auf ein Backblech geben. • Den **Spargel** schälen und am unteren Ende 1 cm abschneiden. Den Spargel in die Pfanne geben und mit 80 g Wasser angießen, nur ganz leicht **salzen**. Den Deckel daraufgeben und den Spargel aufkochen, 1 Minute auf hoher Temperatur kochen lassen, dann ohne weitere Hitze mit Deckel 2 Minuten ziehen lassen. Den Spargel auf Küchenpapier abtropfen und kurz nachziehen lassen. • In der Zwischenzeit die Vinaigrette vorbereiten. Die **Zwiebeln** mit **Zitronen-Limettensaft** und **Ahornsirup** in eine kleine Schüssel geben, mit **Meersalz** und **Pfeffer** würzen, durchrühren. Dann das **Öl** einrühren und zur Seite stellen. • Das **Mehl** in eine Panierschale geben, das **Ei** mit **Sahne** in der zweiten Panierschale verquirlen. Den Spargel in Mehl wälzen, durch die Eiersahne ziehen und in der Petersilienpanade wälzen. Die fertigen Stangen auf das zweite Backblech legen. Alle Stangen so vorbereiten und 15 Minuten ruhen lassen. • Das **Öl** auf 180 °C erhitzen. Die Spargelstangen in zwei Partien je 2–3 Minuten frittieren und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Mit **Schinken** und Vinaigrette servieren.

**Tipp** Den Zitronen-Limettensaft kaufe ich in kleinen Flaschen im gut sortierten Supermarkt. Er ist mild und voller Geschmack.



## Paprikachips mit Hähnchencurry

**Zubereitungszeit** 35 Minuten  
**Wässern** 1 Stunde  
**Garzeit** 6–8 Minuten  
**Frittierzeit** 3 × 4–5 Minuten

### Für 2–3 Personen

#### Chips

700 g mehligkochende Kartoffeln  
 2,5–3 l Öl zum Frittieren  
 je 1 TL Steinsalz und Paprikapulver  
 edelsüß mischen

#### Curry

400 g küchenfertige Hähnchenbrust  
 Meer- oder Steinsalz  
 20 g Rapsöl  
 10 g Olivenöl  
 130 g Zwiebeln schälen, in  
 Scheiben schneiden  
 2–3 Knoblauchzehen schälen, hacken  
 20 g Currypulver  
 1 Msp. Cumin und Chiliflocken  
 250 g Sahne  
 15 g weißer Balsamico-Essig  
 Condimento  
 10 g Ahornsirup oder Honig  
 Pfeffer  
 10 g Petersilie hacken

#### Außerdem

Allerschneider oder Mandoline  
 Schaumkelle  
 1 großes Backblech mit  
 Küchenpapier auslegen

**Kartoffeln** schälen, auf dem Allerschneider längs in 0,8–1,0 mm dicke Scheiben schneiden. Die Scheiben in eine große Schüssel geben und in kaltem Wasser waschen. Das Wasser abgießen und wieder auffüllen, sodass die Scheiben gut bedeckt sind. Mit Küchenpapier abdecken und 1 Stunde wässern. • Für das Curry die **Hähnchenbrust** längs halbieren, schräg in Stücke schneiden, leicht **salzen**. Die **Öle** in einer Pfanne auf mittlerer Temperatur erhitzen, **Zwiebeln** und **Knoblauch** darin 2 Minuten anschwitzen. Dann die Zwiebelmischung zum Rand schieben, das Hähnchenfleisch mittig hineingeben, 1 Minute anbraten, wenden und 1 weitere Minute angehen lassen. **Gewürze** zugeben und alles vermengen, **Sahne, Essig** und **Ahornsirup** angießen, aufkochen und mit **Meersalz** und **Pfeffer** würzen. Mit Deckel zur Seite stellen. • Das **Frittieröl** auf 180 °C erhitzen. Die Kartoffelscheiben abgießen, kalt abbrausen, abtropfen lassen und in einem Küchentuch vorsichtig trocken rubbeln. Die Kartoffeln in drei Partien in die Fritteuse geben. Jeweils beim ersten Durchgang 2–3 Minuten frittieren, dabei mit der Schaumkelle die Scheiben im Öl bewegen. Den Korb herausnehmen, abtropfen lassen, das Öl wieder auf Temperatur bringen und dann die Chips ein zweites Mal 1–2 Minuten frittieren, dabei die Scheiben weiter gut mit der Schaumkelle bewegen, damit sie gleichmäßig knusprig werden. • Die fertigen Chips auf das Backblech geben. Mit den restlichen Kartoffeln genauso verfahren. Zum Schluss alles mit etwas **Paprikasalz** bestreuen. Das Curry auf mittlerer Temperatur erwärmen. Die **Petersilie** zugeben und vermengen. Curry mit Chips anrichten und servieren.

**Tipp** Stelle eine große Schüssel für den Frittierkorb bereit, damit das Öl gut abtropfen kann.



## Frittierte Ravioli mit Hähnchenfüllung und Tomatensugo

**Zubereitungszeit** 25–30 Minuten  
**Ruhezeit** 75 Minuten  
**Frittierzeit** 2–3 × 3–4 Minuten

### Für 4–6 Personen

#### Teig

200 g Hartweizengrieß (Semola Di Grano Duro) plus etwas zum Arbeiten  
 3 g Salz  
 2,5–3 l Öl zum Frittieren

#### Füllung

350 g kaltes Hähnchenfleisch  
 1 TL getrocknete italienische Kräuter  
 Meer- oder Steinsalz und Pfeffer  
 1–2 Prisen Chiliflocken

#### Dazu

1 Eiweiß zum Einstreichen verquirlen  
 Parmesan zum Bestreuen

#### Tomatensugo\*

50 g Olivenöl  
 120 g Zwiebeln schälen, fein würfeln  
 3–4 Knoblauchzehen schälen, hacken  
 1 TL getrocknete italienische Kräuter  
 1 Dose Tomatenfruchtfleisch (400 g)  
 150 g frische Tomaten würfeln  
 30 g Staudensellerie putzen, in kleine Würfel schneiden  
 10–15 g Ahornsirup oder Honig  
 Meersalz und Pfeffer

#### Außerdem

Küchenmaschine mit Flachrührer  
 Klarsichtfolie  
 Foodprozessor  
 Nudelwalze elektrisch oder manuell  
 Teigrädchen  
 Backblech mit etwas Semola bestreuen

\* Alternative Dips, Saucen und Dressings findest du ab Seite 182.

Für den Teig **Hartweizengrieß**, **Salz** und 110 g kaltes Wasser in die Küchenmaschine geben, mit dem Flachrührer auf Stufe 2–4 etwa 3 Minuten durcharbeiten. Dann auf die Arbeitsfläche geben und mit den Händen durchkneten, zu einer Kugel formen und ein Kreuz hineinschneiden. Die Kugel in eine Glas- oder Keramikschüssel geben, mit Klarsichtfolie abdecken und 1 Stunde bei Zimmertemperatur ruhen lassen. • Das **Hähnchenfleisch** in kleine Stücke schneiden und im Foodprozessor zerkleinern. Die Masse mit **Kräutern**, **Salz**, **Pfeffer** und **Chiliflocken** würzen und kalt stellen. • Für den Sugo das **Olivenöl** in einem Topf erhitzen, **Zwiebeln** und **Knoblauch** darin 2 Minuten anschwitzen, die **Kräuter** zugeben und angehen lassen. **Tomatenfruchtfleisch**, **frische Tomaten**, **Sellerie** und **Ahornsirup** zugeben, aufkochen, mit **Meersalz** und **Pfeffer** würzen. Sugo mit Deckel auf kleiner bis mittlerer Temperatur 10–15 Minuten köcheln lassen, zur Seite stellen und ziehen lassen. • Den Nudelteig halbieren, eine Hälfte flach drücken und auf der Stufe 1 durch die Nudelwalze geben. Die Teigbahn nun in der Länge rechts und links zur Mitte einschlagen und etwas andrücken. Erneut auf der Stufe 1 durchlassen. Die Nudelwalze jeweils eine Stufe höher stellen und den Teig auf diese Weise bis zur Stufe 5 ausrollen. Den Teig quer halbieren und jede Teigbahn auf der Stufe 6 ausrollen. Eine Teigbahn mit **Eiweiß** einstreichen und mit Abstand zehn bis elf Geflügelportionen daraufsetzen. Die zweite Teigbahn darüberlegen und mit den Fingern um die Füllung herum andrücken. Mit dem Teigrädchen die Ravioli zuschneiden und eventuelle Luftpöckchen herausdrücken. Mit der zweiten Teighälfte ebenso verfahren. • Die Ravioli auf ein mit etwas **Semola** bestreutes Backblech geben und 15 Minuten ruhen lassen. Das **Öl** auf 170 °C erhitzen. Die Ravioli in zwei bis drei Partien je 3–4 Minuten knusprig frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und mit Sugo und **Parmesan** servieren.

# Calamari mit klassischer Safranrouille

**Zubereitungszeit 20 Minuten**  
**Marinierzeit 30 Minuten**  
**Frittierzeit 3-4 x 2-3 Minuten**

## Für 3-4 Personen

### Calamari

650 g Calamari-Ringe  
 1 Ei (Größe L)  
 130 g Milch  
 1 Prise Chiliflocken und Meersalz  
 2,5-3 l Öl zum Frittieren

### Panade

75 g Weizenmehl Type 405  
 75 g Kartoffelstärke  
 8 g feines Meersalz  
 5 g Paprikapulver edelsüß  
 2 gute Prisen Chiliflocken  
 5 g Backpulver

### Safranrouille\*

0,1 g (1 Pck.) Safranpulver  
 15 g weißer Balsamico-Essig  
 Condimento  
 55-60 g Tramezzini-Scheibe  
 2 mittlere Knoblauchzehen schälen  
 2 Eigelb (Größe M)  
 6 g Meersalz  
 1 Prise Chiliflocken und Pfeffer  
 140 g Olivenöl

### Dazu

Zitronen- oder Limettenstücke

### Außerdem

Backofen zum Warmhalten auf 80 °C  
 Ober-/Unterhitze vorheizen  
 Panierschale  
 Stabmixer mit hohem Mixbecher

\* Alternative Dips, Saucen und Dressings findest du ab Seite 182.

Die **Calamari-Ringe** unter kaltem Wasser abbrausen und auf einem Sieb abtropfen lassen. Das **Ei** mit **Milch**, **Chiliflocken** und **Meersalz** in einer Schüssel verrühren, die Calamari-Ringe dazugeben. Alles gut vermengen und 30 Minuten ziehen lassen. • In der Zwischenzeit die **Zutaten** für die Panade vermischen und in eine Panierschale geben. • Für die Rouille 65 g kochend heißes Wasser mit **Safran** und **Essig** verrühren und 5 Minuten ziehen lassen. • Die **Tramezzini-Scheibe** in Würfel schneiden und in eine kleine Schüssel geben. Die Safranmischung daraufgeben, gut mit den Würfeln vermengen und in den hohen Mixbecher geben. • **Knoblauchzehen** pressen und mit **Eigelb**, **Meersalz**, **Chiliflocken** und **Pfeffer** dazugeben. Mit dem Stabmixer die Masse gut durchmischen und das **Öl** im dünnen Strahl einlaufen lassen. Eventuell nachwürzen. • Das **Frittieröl** auf 180 °C erhitzen. Calamari-Ringe in kleinen Mengen aus der Milch nehmen und gut in der Panade wälzen. Überschüssiges Mehl abschütteln, die Ringe in drei bis vier Partien je 2-3 Minuten frittieren und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Im Ofen warm halten, bis alle Ringe ausgebacken sind. • Mit der Safranrouille servieren und **Zitronen-** oder **Limettenstücke** dazu reichen.

**Tipp** Dazu passen auch Cocktailsauce (siehe Seite 182), Ingwer-Zitronen-Mayonnaise (siehe Seite 183), ein scharfer Tomatendip (siehe Seite 185) oder ein Asia-Dip (siehe Seite 182).





# Eclairs mit Himbeersauce

Zubereitungszeit 20 Minuten  
Frittierzeit 4 x 4-5 Minuten

## Für 14-16 Stück

### Teig

250 g Milch  
60 g Butter  
1 Prise Salz  
150 g Weizenmehl Type 405  
4 Eier (Größe M)  
2,5-3 l Öl zum Frittieren

### Himbeersauce\*

200 g TK-Himbeeren  
30 g Zucker  
Puderzucker zum Bestäuben  
frische Himbeeren für die Deko

### Außerdem

Küchenmaschine mit Schneebesen  
Einmalspritzbeutel mit Rosentülle  
(Ø 17 mm)  
7-8 Backpapierzuschnitte  
(12 x 12 cm)

\* Alternative Dips, Saucen und Dressings findest du ab Seite 182.

Die **Milch** mit **Butter** und **Salz** aufkochen. Das **Mehl** in einem Schwung hineingeben, mit einem Holzlöffel gut durchrühren und im Topf auf mittlerer Temperatur abbrennen. Den Teig immer gut mit dem Holzlöffel durcharbeiten, bis sich am Topfboden eine weiße Schicht gebildet hat. Den Teig in die Rührschüssel der Küchenmaschine geben und mit dem Schneebesen kurz und kräftig durchrühren. Auf kleiner Stufe die **Eier** nach und nach in die Masse einrühren, bis sich alles gut miteinander verbunden hat. Anschließend den Teig in den Spritzbeutel füllen und jeweils zwei lange Teigstränge mit genügend Abstand auf jeden Backpapierstreifen spritzen. • Die Streifen auf das Backblech legen und zur Seite stellen. • Die **Himbeeren** mit **Zucker** und 30 g Wasser auf kleiner Hitze ohne Deckel 10 Minuten köcheln lassen und durch ein Sieb passieren. Zur Seite stellen. Das **Öl** auf 170-180 °C erhitzen und ein Stück Backpapier mit der Backpapierseite nach oben hineingleiten lassen, dabei eine Ecke festhalten, bis sich der Teig gelöst hat. Das Papier herausnehmen und mit einem weiteren Streifen genauso verfahren. Auf diese Weise den Teig in vier Partien je 4-5 Minuten knusprig frittieren und dabei zwischendurch wenden. Auf Küchenpapier abtropfen lassen. Mit **Puderzucker** bestäuben, mit **Himbeeren** dekorieren und mit der Himbeersauce servieren.



# Frittierte Eiscreme mit Brombeeren

## Für 4 Personen

### Eis

Eiscreme nach Wahl für mindestens  
4 schöne Eiskugeln  
2 Tramezzini-Scheiben  
1 EL Puderzucker  
1 kg Butterschmalz zum Frittieren

### Teig

1 Ei (Größe M)  
40 g Zucker  
30 g Milch  
55 g Sekt  
1 Prise Salz  
55 g Weizenmehl Type 405

### Dazu

125–150 g Brombeeren  
Puderzucker zum Bestäuben  
Minze für die Deko

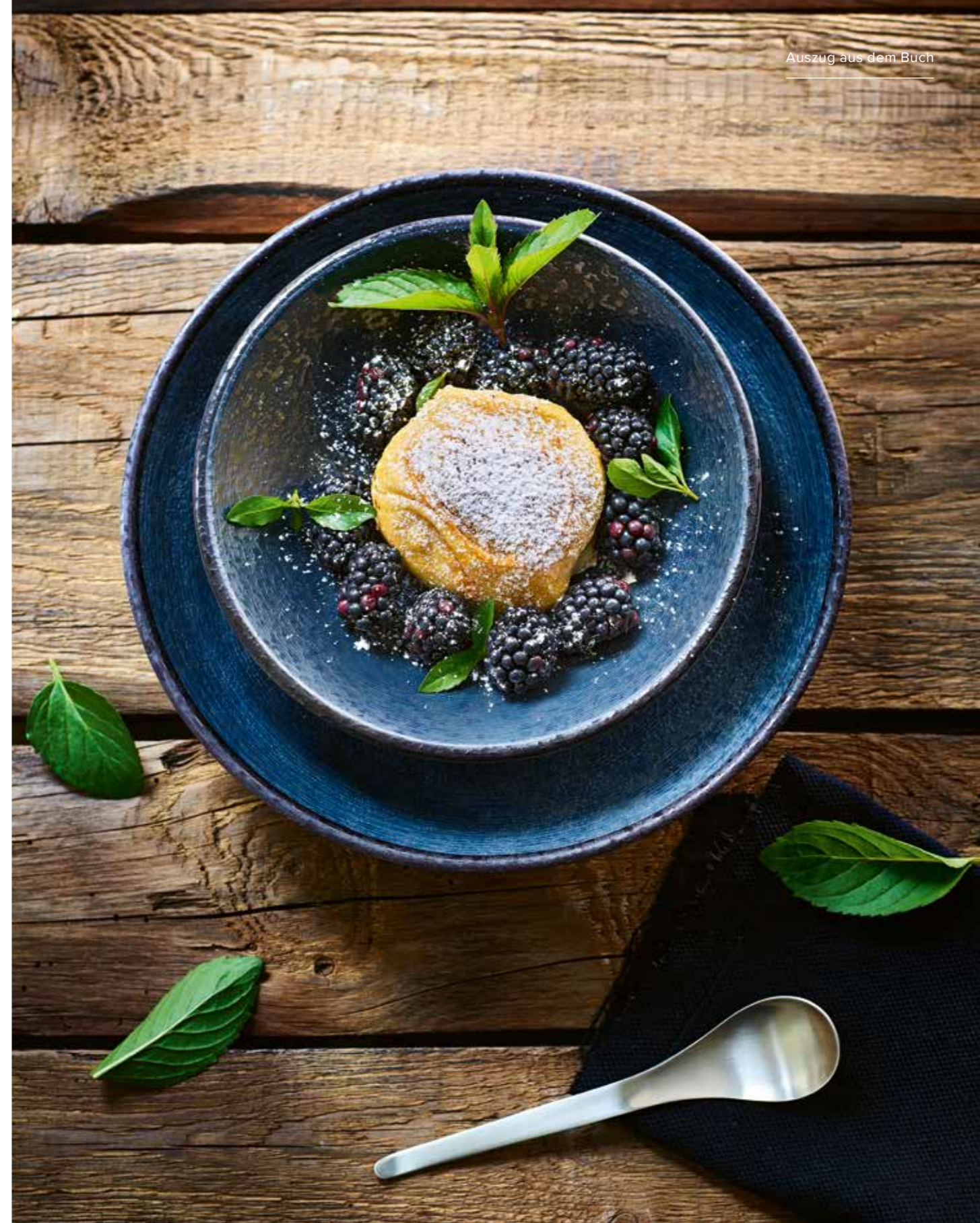
### Außerdem

1 mittelgroßer Teller, mit Klarsichtfolie  
abdecken, in den Gefrierschrank  
stellen  
Nudelholz  
Klarsichtfolie  
Küchenthermometer

**Zubereitungszeit** 15 Minuten  
**Gefrierzeit** 2 × 2 Stunden  
(oder länger)  
**Frittierzeit** gut 1 Minute

Von der **Eiscreme** vier schöne Kugeln abstechen, auf den kalten Teller geben und 2 Stunden in den Gefrierschrank stellen. • Die **Tramezzini-Scheiben** quer halbieren, mit **Puderzucker** bestäuben und mit dem Nudelholz dünn ausrollen. • Die Eiskugeln einzeln jeweils mittig auf ein Tramezzini-Stück setzen, die Seiten darüberfalten, gut andrücken und die Kugeln jeweils stramm in ein großes Stück Klarsichtfolie wickeln. Sofort wieder 2 Stunden in den Gefrierschrank stellen. • Den Teig erst kurz vor dem Frittieren anrühren. Dafür das **Ei** mit **Zucker** und **Milch** mit einem Schneebesen gut verrühren. Den **Sekt** und das **Salz** und zum Schluss das **Mehl** einrühren. • Die **Brombeeren** auf vier Servierteller verteilen. • Das **Butterschmalz** auf 180 °C erhitzen. Die eingepackten Eiskugeln aus der Folie nehmen und sofort durch den Teig ziehen. Im heißen Butterschmalz gut 1 Minute frittieren und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Auf die Brombeeren setzen, mit **Puderzucker** bestäuben und mit **Minze** dekorieren.

**Tipp** Die Eiscremekugeln dürfen nicht zu groß sein und das Eis muss richtig knackig kalt sein. Den Tiefkühler am besten auf –20 bis –22 °C stellen. Es lässt sich auch super ein paar Tage früher vorbereiten.



## Rosenküchle mit heißem Kirschkompott

**Zubereitungszeit** 20–25 Minuten  
**Ruhezeit** 30 Minuten  
**Backzeit** 10–11 × 2–3 Minuten

### Für 10–11 Stück

#### Teig

300 g Weizenmehl Type 405  
 4 Eier (Größe M)  
 250 g Milch  
 1 EL Zucker  
 ½ TL Vanillepaste  
 1 Prise Meer- oder Steinsalz  
 3 l Öl zum Frittieren

#### Dazu

600–700 g Schattenmorellen mit Saft  
 1 EL Speisestärke  
 20 g Zucker  
 1 Msp. Zimtpulver  
 Puderzucker zum Bestäuben

#### Außerdem

Küchenmaschine mit Schneebesem  
 Rosenküchle-Eisen (Ø 15 cm;  
 z. B. von der Firma Weis)  
 Backblech mit Küchenpapier auslegen

Die **Zutaten** für den Teig in die Rührschüssel der Küchenmaschine geben. Auf kleiner Stufe anrühren und dann auf einer hohen Stufe cremig rühren. Den Teig 30 Minuten ruhen lassen. • Die **Kirschen** abgießen, den Saft in einen Topf geben. 2–3 EL Saft abnehmen und die **Stärke** damit anrühren. Den Saft mit **Zucker** und **Zimt** aufkochen und mit der Stärke sämig abbinden. Die Kirschen dazugeben und kurz vor dem Servieren erhitzen. • Das **Öl** in der Fritteuse oder im Topf auf 170–180 °C erhitzen. Das Rosenküchle-Eisen zunächst 10 Minuten im heißen Öl gut erhitzen. Dann das heiße Eisen bis zur Hälfte in den Teig tauchen und direkt ins Öl geben und bewegen. Nach 1–2 Minuten am besten mithilfe eines Suppenlöffels den Teig vorsichtig vom Eisen lösen und goldgelb ausbacken. Mit einer Schaumkelle herausnehmen und auf das Backblech geben. Das Eisen jetzt jeweils 2–3 Minuten im Öl heiß werden lassen, wieder zur Hälfte in den Teig tauchen und ins heiße Öl geben. Diesen Vorgang wiederholen, bis man zehn bis elf schöne Teigrosen hat. • Meistens lässt sich der verbleibende Teig nicht mehr mit dem Eisen backen, da er zu warm geworden ist. Stattdessen den restlichen Teig in einen Einmalspritzbeutel geben und unten ein kleines Stück abschneiden. Den Teig so in zwei bis drei Partien streifenweise ins Fett spritzen und 1–2 Minuten ausbacken. • Alle Küchle mit **Puderzucker** bestäuben und mit den heißen Kirschen servieren.



Die perfekten Pommes



Hähnchenunterschenkel  
mit BBQ-Sauce



Kräuterspargel in  
knuspriger Petersilienpanade



Calamari mit  
klassischer Safranrouille



Rosenküchle mit  
heißem Kirschkompott

## Einfach draußen frittieren

Fast jeder liebt Pommes, aber kaum jemand hat eine richtige Fritteuse zu Hause. Warum das so ist? Fritteusen hinterlassen nicht nur kulinarische Höchstgenüsse, sondern leider auch deutlichen Fettgeruch. Dass man trotzdem nicht auf dieses geschmackliche Vergnügen verzichten muss, zeigt dieses Buch mit einer genialen Lösung und feinen Rezepten: einfach draußen frittieren. „So wie fast jeder im Garten oder auf dem Balkon – und nicht in der Küche – einen Grill hat, sollte jeder auch draußen eine Fritteuse haben“, meint nicht nur Spitzenköchin Su Vössing.

Nicht umsonst gibt es selbst auf Spitzenniveau kaum einen gastronomischen Betrieb, der ohne Fritteusen auskommt. Unzählige wunderbare Sachen sind erst durch das Backen in sprudelndem, natürlich hochwertigem Fett bei richtig gewählter Temperatur möglich. Dabei reicht meistens schon eine Portion erstklassiger Pommes oder Fish 'n' Chips, um Gäste in wahre Begeisterung zu versetzen. Su Vössing zeigt, dass man mit Fritteusen aus recht einfachen Dingen richtige Highlights zaubern kann: in Buttermilch mariniertes Backhendl, selbst gemachte Fischkroketten mit Kräutern, gebackene Zwiebelblüten, marinierte Ingwerkarotten in Weiteig, gefüllte Wan Tans, Kartoffelspiralen, feinste Langostinos, Zucchini Blüten, würzige Kürbisspalten oder Nachspeisen wie Berliner, Apfelringe in Rosmarinzucker und viele andere Köstlichkeiten. Dazu gibt es hinreißende Dips, Cremes, Aufstriche und Mayonnaisen sowie Ideen für Salate.

**BECKER  
JOEST  
VOLK  
VERLAG**

[www.bjvv.de](http://www.bjvv.de)

ISBN 978-3-95453-228-5

FOTOGRAFIE Bui Vössing