

Gemüse im Bierteig

Vor- und Zubereitungszeit: ca. 1 Std.
inkl. Quellzeit (Bierteig): ca. 20 Min.

ca. 500 g	Broccoli	in Röschen teilen, Stengel schälen, in Scheibchen schneiden
ca. 400 g	Süsskartoffeln	schälen, in 2–3 mm dicke Scheiben schneiden
1 grosse	Zwiebel	in ca. 2 mm dicke Ringe schneiden
BIERTEIG		
150 g	Mehl	
2 Esslöffel	gemahlene Haselnüsse	
½ Teelöffel	Salz	
1 Bund	glattblättrige Petersilie , gehackt	
1 Esslöffel	Ingwer , frisch gerieben	
2 dl	dunkles Bier	
2	Eigelb	alles zu einem glatten Teig verrühren, zugedeckt ca. 20 Min. stehen lassen
2	Eiweiss	
1 Messerspitze	Backpulver	kurz vor der Verwendung steif schlagen, sorgfältig unter den Teig ziehen
wenig	Mehl	Gemüse darin wenden
	Öl zum Fritieren	
Fritieren: Gemüse in den Teig tauchen, abtropfen und portionenweise im ca. 180 Grad heissen Öl goldgelb backen, auf Haushaltspapier abtropfen, sofort servieren.		
nach Bedarf	Salz	würzen
1,8 dl	saurer Halbrahm mit Kräutern	glattrühren
8	Zitronenschnitze	mit dem Kräuterrahm dazu servieren



Süsskartoffeln

- *Besonderes:* sind nicht mit den Kartoffeln verwandt, werden aber gleich zubereitet. Ihr süsslicher Geschmack erinnert an Kürbis und kommt am besten zur Geltung, wenn sie im Ofen gebacken werden.
- *Einkauf:* Auf feste, glattschalige Knollen achten. Saison: Import ganzjährig.

Kochbananen

- *Variante Kochbananen:* Zubereitung wie Süsskartoffeln.
- *Besonderes:* verwandt mit der Obstbanane, hat aber mehr Stärke und weniger Zucker. Der Geschmack ist neutral, die Konsistenz etwas mehlig. Niemals roh essen.
- *Einkauf:* Kochbananen sind kantiger, fast doppelt so gross, grün, gelb oder rötlich-violett erhältlich.
- *Saison:* Import ganzjährig.

GUT ORGANISIERT

1. Bierteig (ohne Eiweiss) zubereiten, quellen lassen
2. Restliche Zutaten bereitstellen
3. Kräuterrahm und Zitrone vorbereiten
4. Gemüse rüsten
5. Teig fertig zubereiten
6. Gemüse fritieren

FÜR 2 PERSONEN

Gemüse: Nur eine Sorte verwenden. Bierteig: Zutatenmenge halbieren.



Variante: Süsskartoffeln durch Kochbananen ersetzen