

---

## **Pommes: Björn Freitag sucht die perfekte Fritte**

### **Rezepte von Björn Freitag und Yvonne Willicks**

Pommes aus frischen Kartoffeln .....	2
Curry-Hollandaise .....	5
Paprika-Mayonnaise ohne Ei .....	7

## Pommes aus frischen Kartoffeln

von Björn Freitag und Yvonne Willicks

Selbstgemachte Pommes sind ein schneller Snack oder eine leckere Beilage. Allerdings hängt sowohl der Fettgehalt als auch die Knusprigkeit von der Zubereitung ab. Björn Freitag und Yvonne Willicks vergleichen Fritten aus dem Backofen, der Fritteuse und Heißluftfritteuse.



### Zutaten für 4 Personen:

- 800 g Kartoffeln, vorwiegend festkochend oder mehligkochend (nicht mischen)
- Wasser
- Ca. 30 ml Tafelessig
- Hitzestabiles Öl, z.B. Rapsöl
- Für Zubereitung in Fritteuse: Frittieröl
- Salz

## Zubereitung:

### **Pommes vorbereiten:**

- Kartoffeln schälen und in Stifte schneiden. Mit kaltem Wasser länger abwaschen, damit die Stärke austritt.
- In einem Topf Wasser aufsetzen und zum Kochen bringen. Dann einen Schuss Essig dazugeben.
- Die Kartoffelstifte ca. 2 Minuten in kochendem Wasser blanchieren, mit einem Schaumlöffel absieben und mit einem Tuch trockentupfen.

### **Im Backofen**

- Den Ofen auf 180°C vorheizen.
- Die vorbereiteten Pommes mit einem Hauch Öl überziehen und bei Umluft für etwa 30 Minuten in den Ofen geben, bis sie die gewünschte Bräunung erreicht haben.
- Nach der Hälfte der Zeit einmal wenden.
- Die fertigen Pommes nach Belieben salzen.

### **In der Heißluftfritteuse**

- Zu den vorbereiteten Pommes etwas einen Esslöffel Öl geben, vermengen und bei 180°C für etwa 20 Minuten in die Heißluftfritteuse geben, bis sie die gewünschte Bräunung erreicht haben.
- Nach der Hälfte der Zeit die Pommes einmal durchmengen.
- Die fertigen Pommes nach Belieben salzen.
- Bewertung von Yvonne Willicks und Björn Freitag: Im Vergleich zur Zubereitung im Ofen werden die Pommes in der Heißluftfritteuse knuspriger.

### **In der Fritteuse**

- Frittieröl in die Fritteuse geben und auf 140°C erhitzen. Bei der Menge des Frittieröls kann man sich an den Markierungen oder Herstellerangaben der eigenen Fritteuse orientieren. Ansonsten gilt als Faustregel: Pro 100 g Frittiergut sollte etwa ein Liter Öl verwendet werden.

- Die Pommes in die Fritteuse geben und ca. 1-2 Minuten frittieren. Dann die Pommes aus dem Fett nehmen und das Fett auf 170°C aufheizen. Pommes nochmal für ungefähr vier Minuten frittieren, bis sie den gewünschten Bräunungsgrad erreicht haben. Anschließend die Pommes kurz abtropfen lassen.
- Die fertigen Pommes nach Belieben salzen.
- Bewertung von Yvonne Willicks und Björn Freitag: Diese klassische Zubereitung ist zwar fettiger, aber die Fritteusen-Fritten haben beim Geschmack die Nase vorn.

## Curry-Hollandaise

Rezept von Björn Freitag

Sauce Hollandaise passt toll zu Spargel- und Kartoffelgerichten und kann auch wunderbar mit goldgelben Pommes kombiniert werden. Diese Hollandaise geht blitzschnell und gelingt jedem.



### Zutaten für 4 Personen:

- 200 g Butter
- Ca. 100 ml Weißwein
- 2 Eier
- Salz
- eine gute Prise Zucker
- Gelbes Currypulver

### Zubereitung:

- Butter in einem Topf schmelzen und abkühlen lassen.
- Weißwein in eine Pfanne (oder einen Topf) geben und leicht erhitzen.

- Die Eier trennen und die Eigelbe unter ständigem Rühren zum Weißwein in die Pfanne geben und weiter rühren, bis eine schaumige Konsistenz entstanden ist.
- Mit einer Prise Salz würzen.
- Die abgekühlte geschmolzene Butter dazugeben und weiter umrühren.
- Mit Zucker und gelbem Currypulver abschmecken.

## Paprika-Mayonnaise ohne Ei

von Yvonne Willicks

Paprika-Mayonnaise ist genau das Richtige für alle, denen eine klassische Mayonnaise zu langweilig ist. Diese cremige Mayo wird ohne rohe Eier gemacht und geht richtig schnell.



### Zutaten für 4 Personen:

- 1 Bund Petersilie
- 2 Knoblauchzehen
- 100 ml natives Pflanzenöl
- 50 ml Milch
- 1-2 EL Senf
- 30 g Paprikapulver (edelsüß)
- Prise Salz
- 20 ml Chilisauce
- 1 Zitrone

**Zubereitung:**

- Petersilie fein hacken.
- Knoblauch schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit etwas Öl kurz anrösten.
- Milch in einem schmalen, hohen Behälter aufschäumen und ganz langsam Öl dazugeben.
- Je nach Geschmack 1-2 Esslöffel Senf hinzufügen. Neben dem Geschmack hilft der Senf beim Emulgieren, also dass die Mayonnaise andickt.
- Nach Belieben mit Paprikapulver, Salz und Chilisauce würzen und etwas Zitronensaft dazugeben.