Rezept

Frittierte Kräuter zum Knabbern

Ein Rezept von Frittierte Kräuter zum Knabbern, am 16.10.2026

Zutaten

100 g	Mehl
2 Msp.	Currypulver
150 ml	Bier (z. B. Helles, Pils)
2 EL	Olivenöl
	Olivenöl zum Frittieren
	Salz
1 Msp.	Chilipulver
1	Ei (L)
	je 12 große Basilikum- und Salbeiblätter und kleine Rosmarinzweigchen (mit zarten Stielen!)

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN für 4–6 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 140 kcal

Zubereitung

1. Das Mehl mit 1 kräftigen Prise Salz und den Gewürzen mischen. Das Bier nach und nach dazugießen und gründlich unterrühren. Ei trennen und das Eigelb mit dem Olivenöl unter den Teig rühren. Den Teig zugedeckt ca. 30 Min. quellen lassen.

2. Die Kräuter waschen und gründlich mit einem Küchentuch oder mit Küchenpapier trocken tupfen. Eiweiß und 1 Prise Salz steif schlagen und unter den Teig heben.

3. Das Frittieröl in einem weiten Topf erhitzen. Wenn Bläschen an einem ins Öl gehaltenen Holzkochlöffelstiel aufsteigen, ist das Öl heiß genug. Die Kräuter nacheinander durch den Teig ziehen und portionsweise im heißen Öl knusprig hellbraun ausbacken. Mit einem Schaumlöffel herausholen, auf Küchenpapier abtropfen lassen und servieren, solange die Kräuter noch warm und kross sind.