Rezept

Kürbis-Fritten mit Chili-Mayo

Ein Rezept von Kürbis-Fritten mit Chili-Mayo, am 12.10.2024

Zutaten

Für die Fritten

- **1** Butternuss-Kürbis (ca. 1 kg)
- **1/2 TL** edelsüßes Paprikapulver
- Salz
- **3 TL** Speisestärke
- **1 EL** Olivenöl

Für die Chili-Mayo

- **2** ganz frische zimmerwarme Eigelb (M)
- **2 TL** Weißweinessig
- **200 ml** Sonnenblumenöl (ersatzweise Olivenöl)
- Chilisauce (z. B. Sriracha)
- **1 TL** Dijon-Senf
- Salz , Pfeffer
- **4 EL** frisch gepresster Orangensaft

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 580 kcal, 56 g F, 4 g EW, 20 g KH

Zubereitung

1. Den Kürbis schälen und putzen. Das Fruchtfleisch in ca. 0,5 cm dicke und ca. 10 cm lange Pommes-Stäbchen schneiden. Diese in einer Schüssel mit kaltem Wasser bedecken und ca. 1 Std. darin ziehen lassen.

2. Den Backofen auf 225° vorheizen, ein Blech mit Backpapier auslegen. Die Kürbis-Stäbchen abgießen, gründlich mit einem sauberen Geschirrtuch trocken tupfen und in einen großen Gefrierbeutel geben. Speisestärke und Paprikapulver zugeben, den Beutel verschließen. Alles darin wenden, bis der Kürbis gleichmäßig mit Stärke überzogen ist. Olivenöl dazugießen und alles nochmals gut durchmischen.

3. Die Kürbis-Stäbchen mit jeweils mindestens einer Stäbchenbreite Abstand auf das Blech legen. Im heißen Ofen (Mitte) 10-15 Min. backen, dann wenden und in weiteren 10-15 Min. knusprig und leicht braun backen. Herausnehmen und erst direkt vor dem Servieren salzen.

4. Inzwischen zuerst die Eigelbe, dann Senf, Essig, Salz, Pfeffer und zuletzt das Öl in ein schmales, hohes Mixgefäß geben. Einen Pürierstab auf den Boden des Mixgefäßes stellen. Beim Mixen den Stab langsam von unten nach oben führen und wieder zurück, bis eine cremige Mayonnaise entsteht. Orangensaft und 3 Spritzer Chilisauce unterrühren. Die Chili-Mayo zu den Kürbis-Fritten servieren.