Rezept

Zwiebelblume

Ein Rezept von Zwiebelblume, am 04.06.2025

Zutaten

1 große Gemüsezwiebel (400-500g)

Für den Frittierteig (das „Coating“)

140 g Mehl
1/2 TL schwarzer Pfeffer aus der Mühle
1/2 TL Knoblauchpulver
1 Ei (Größe M)
1,5 l pflanzliches Öl (z.B. Rapsöl) zum Frittieren
1 TL Salz
1/2 TL Cayennepfeffer
4 TL Paprikapulver edelsüß
250 ml Milch

Für den Dip

4 TL Mayonnaise
1 Prise Salz
1/2 TL Paprikapulver edelsüß
1 EL gehackter Koriander
3 EL Vollmilchjoghurt
schwarzer Pfeffer aus der Mühle
1/2 TL Cayennepfeffer
1 Spritzer Limettensaft

Rezeptinfos

Portionsgröße 1 Zwiebelblume | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min

Zubereitung

1. Zwiebel schälen, dabei nur den Stängelansatz abschneiden, nicht den Wurzelansatz. Diesen beim Schälen nur etwas säubern.

2. Geschälte Zwiebel mit dem Wurzelansatz nach oben auf ein Schneidebrett legen und mit einem großen spitzen Messer mit glatter Klinge vom Rand des Wurzelansatzes beginnend die Zwiebel zuerst in 4 Segmente schneiden. Dann jedes Viertel noch dreimal einschneiden, sodass 12 gleich große Schnitte entstehen. Zwiebel umdrehen und die einzelnen Schichten etwas auseinanderziehen.

3. Für das Coating Mehl in einer größeren Schüssel mit Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer, Knoblauchpulver und Paprikapulver mischen. Ei und Milch in einer separaten Schüssel verquirlen.

4. Zwiebel so in die Mehlmischung hineinsetzen, dass der Wurzelansatz unten ist. Dann rundherum mit 1 EL Mehl bestäuben, herausheben, und ggf. etwas abklopfen. Die bemehlte Zwiebel in die Ei-Milchmischung setzen, wieder mit dem Wurzelansatz unten. Mit 1 EL rundherum benetzen, herausheben und den Mehlier-Vorgang wiederholen. Zwiebel auf einem Teller für eine Stunde kalt stellen. Rest der Mehlmischung aufheben.

5. Für den Dip Mayonnaise, Joghurt, Salz, Pfeffer, Paprikapulver, Cayennepfeffer, Koriander und 1 Spritzer Limettensaft vermischen.

---

6. Zwiebel „kopfüber“ (mit dem Wurzelansatz nach oben) vorsichtig in das heiße Frittierfett legen und von dieser Seite ca. 8 Minuten frittieren, nicht umdrehen, einfach brutzeln lassen und schauen, wie goldbraun sie schon ist. Dann mit einer Schöpfkelle wenden und von dieser Seite ca. 4 Minuten frittieren, bis sie auch goldbraun ist. Zwiebel beim Herausnehmen mit der Schöpfkelle wieder umdrehen und herausheben. Dann „kopfüber“ auf einem Stück Küchenpapier abtropfen lassen. Umdrehen und auf einen Teller geben. Mit etwas Salz bestreuen. Dip in die Mitte setzen.