



kochen.tv

Urgemüsechips



Zutaten:

1 kg Blaue Kartoffeln
Topf Frittieröl
 fleur de sel

5 Feste Bananen
 Kokosfett /
 anderes Öl
 Salz

Zubereitung:

Blaue Kartoffelchips:

Rohe Kartoffeln schälen, in hauchdünne Scheiben schneiden, im Salzwasser wässern, abtrocknen und anschliessend kurz im Pflanzenöl schwimmend ausbacken.

Chips nach dem Abtropfen salzen und nach Belieben mit Gewürzen abschmecken. Warm oder kalt geniessen. Durch den fast vollständigen Wasserentzug sind sie, luftdicht verpackt, längere Zeit haltbar.

Knusprige Bananenchips:

Geschälte Bananen diagonal in Scheiben schneiden und 30 Minuten kalt wässern. Gut trocknen. Kurz in heisses Öl geben, bis sie leicht goldig werden. Herausnehmen und Fett mit Küchenpapier aufsaugen.

Bananenchips vor dem Servieren erneut in heisses Öl geben, bis sie kräftig goldig sind. Salzen und sofort servieren.

Variante:

Geschälte Bananen diagonal in Scheiben schneiden, Mehl mit Curry mischen, Bananen darin wenden, überschüssiges Mehl abklopfen, Bananenscheiben ins heisse Fett geben und frittieren. Sobald sie goldig sind auf Haushaltspapier abtropfen lassen, leicht salzen und geniessen.



Zucchettichips:

- 4 Zucchini Zucchini waschen und in 3mm dicke Scheiben schneiden.
Muskatnuss Das Gemüse auf ein Backblech legen und bei 200 Grad ca.
Pfeffer, Salz eine halbe Stunde backen, bis das Gemüse gebräunt ist.
Die Gemüsechips mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Randenchips:

- 2 Randenknollen Gemüse putzen, schälen und in feine Scheiben schneiden
Frittieröl bzw. hobeln. Im heissen Pflanzenöl nach und nach ca. 3-4
Salz min. goldbraun frittieren. Mit einer Schaumkelle aus dem
Paprika mild Topf nehmen, auf Küchenpapier abtropfen lassen, mit Salz
und Paprika würzen.

Gourmetvarianten:

Apfel-Birne: mit der Aufschnittmaschine dünne Scheiben schneiden und in einem 1:1 Zucker-Zitronensirup wenden, auf ein mit Olivenöl abgeriebenes Backpapier geben und im Ofen bei 100 Grad ca. 3-4h trocknen lassen. Wichtig: den Ofen mit einer Holzkelle blockieren, damit der Dampf entweichen kann.

Orangen-Zitronen-Limetten: mit der Aufschnittmaschine in dünne Scheiben schneiden und auf ein mit Olivenöl abgeriebenes Backpapier geben, mit Puderzucker bestäuben, im Ofen bei 100 Grad ca. 3-4h trocknen lassen. Wichtig: den Ofen mit einer Holzkelle blockieren, damit der Dampf entweichen kann.

Karotten-Sellerie: mit der Aufschnittmaschine in dünne Scheiben schneiden und auf ein mit Olivenöl abgeriebenes Backpapier geben, mit Puderzucker bestäuben, im Ofen bei 100 Grad ca. 3-4h trocknen lassen. Wichtig: den Ofen mit einer Holzkelle blockieren, damit der Dampf entweichen kann.