



Genuss-Rezept

Fleischwursttaler im Zucchini-Mantel

Zutaten für 4 Personen

700 g Räucherfrische
2 grüne Zucchini
1 Bund Rosmarin
1 kg Biokartoffeln fest kochend

Olivenöl
Salz & Pfeffer aus der Mühle
Bratöl
Zahnstocher
Bratöl zum Frittieren



Die Kartoffeln waschen, schälen und mit der Küchenreibe fein raspeln. Die fertige Kartoffelmasse in einem Sieb gut abtropfen und die Kartoffelstärke gründlich ausdrücken. Das Öl in einem großen Topf bis 170 ° Grad erhitzen.

Die Kartoffelmasse salzen und in zwei Teile aufteilen. Die größere Hälfte der Kartoffelmasse in ein Metallsieb geben und mit dem kleineren Sieb so zusammendrücken, dass eine Schale/ Nest entsteht. In heißem Frittierfett ca. 8 – 10 Minuten gebacken. Dabei muss das Kartoffelnest immer komplett mit dem Öl bedeckt sein.

Die fertigen Nester auf Küchenpapier abtropfen und warm halten.

Die Zucchini waschen, die Enden abschneiden und mit einem Spargelschäler in dünne Scheiben hobeln. Ganz kurz in kochendes Salzwasser geben und in Eiswasser abschrecken.

Nun die Räucherfrische in 1 cm dicke Scheiben schneiden, den Rosmarin waschen und die Nadeln zupfen. Kurz vor dem Bratende die Rosmarinnadeln zu der Räucherfrischen geben.

Nun die Räucherfrische in die Zucchinischeiben einrollen und mit einigen Zahnstochern fixieren. In die warmen Kartoffelnester setzen und warm servieren. Mit Rosmarinzweigen garnieren.

Pro Portion: 350 kcal, 5 g Eiweiß, 37 g Kohlenhydrate, 15 g Fett

Fotohinweis: Gutfried, bei Veröffentlichung wird höflich um ein Belegexemplar gebeten.