

Knusper Karotten

200 gr Rüebli im Dampfkochtopf ca. 5 Minuten knackig dämpfen (normal mit Salz !)

Vorbereiten : 1. Teller 2 Eier zerquirlen
2. Teller Mehl
3. Teller 50 gr Paniermehl und 50 gr Kokosraspel mischen

Rüebli schneiden : ca. 10 cm lang 2 cm im Quadrat

In Bratpfanne Olivenöl , ca. 2 cm hoch, heiss machen 170°

Portionenweise die panierten Rüeblistückli ca. 5 Minuten frittieren / auf Papier abtropfen lassen

Dazu eine Yoghurtmayonnaise (wie bei Spargeln) servieren :

Yoghurt / 1 Portion Mayonnaise / Tomatenpurée / 1 Tl Senf / Trocomare / etwas Curry / etwas Zitronen fein schneiden

alles gut vermischen und eine Stunde kühlstellen um etwas fester zu werden

