

Süßkartoffelpommes



EINKAUFSZETTEL

Grundzutaten (4 Personen):

Für die Brötchen:

-  4 Süßkartoffeln
-  Olivenöl
-  Salz, Pfeffer
-  1 Eiweiß
-  etwas Maisstärke

Zutaten für einen Dip:

-  Ketchup
-  Curry

ZUBEREITUNG

1. Die Süßkartoffeln ungeschält in gleichgroße Stifte schneiden. In eine Schüssel geben und mit etwas Olivenöl, Eiweiß und Maisstärke vermengen.
2. Gut umrühren, sodass alle Pommes bedeckt sind. Mit Salz und Pfeffer würzen.
3. Die Pommes entweder in einer Fritteuse goldbraun frittieren oder im Backofen für etwa 20 Minuten bei 180 Grad Celsius backen.
4. Pommes mit einem Dip aus Ketchup und Curry genießen.

