Zwiebelblume mit Knoblauch Dip

30 Minuten

4 Portionen

Zutaten

Knoblauch-Dip:

- 100 g Sauerrahm
- 100 g Crème fraîche
- 1 EL Zitronensaft
- 1/2 TL Salz
- 4 Prisen Pfeffer
- 1 Stück fein geriebene Knoblauchzehen
- 1 EL Olivenöl
- Für die gebackene Zwiebelblume
- 4 mittelgroße Zwiebeln
- 2 EL Mehl (zum Mehlieren der Zwiebel)

Für den Backteig:

- 90 g Mehl
- 180 ML Milch/Wasser/Buttermilch
- 4 Prisen Cayennepfeffer
- 4 Prisen Paprika edelsüß
- 2 TL getrockneter Thymian
- 1 Kilo Ceres Kokosfett oder Ceres Soft
- 4 Prisen Salz

Die gebackene Zwiebelblume ist eine wunderbare Beilage zum Steak oder generell zu gegrillten Speisen. Die Zubereitung ist absolut einfach und gelingt in wenigen Minuten. Tipp für die Gästeküche: Verwenden Sie mittelgroße Zwiebeln. Gelbe oder weiße Zwiebeln sind weicher, die rote Zwiebel optisch spannender und gleichzeitig dominanter im Geschmack.

Die Zwiebel wird bei dieser einfachen Variante nur mit Mehl und Paprikapulver bestäubt und mehliert. Nach Einschneiden der Zwiebel in heißem Wasser kurz blanchieren. So wird die Zwiebelblüte beweglicher und bricht nicht. Danach gründlich mit Mehl bestauben, so dass es haften bleibt. Die Zwiebelblume in Ceres heiß ausbacken und genießen! Als Dip passt dazu hervorragend eine einfache kalte Knoblauchsauce, die schnell und ohne Mayonnaise zubereitet wird. Gutes Gelingen!

Zubereitung

- Sauerrahm und Crème fraîche mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer und fein geriebener Knoblauchzehe verrühren und mit einem 1 Esslöffel Olivenöl dekoriert bereit stellen.
- Die Zwiebeln schälen, dabei die Wurzeln an der Zwiebel belassen, die Zwiebel mehrmals von Oben bis zur Wurzel einschneiden. Dabei zwei Essstäbchen unterlegen, so bleibt die Zwiebelwurzel ganz und die Blüte hält zusammen.
- Die Zwiebeln 2 Minuten in kochendem Wasser blanchieren, trocken legen und mit dem Mehl bestauben.
- Ceres Soft in einem Topf erhitzen, die Zwiebelblumen bei 170°C beidseitig ausbacken (einmal wenden).
- Die gebackene Zwiebelblüte aus dem heißen Fett nehmen, auf einem Teller mit Küchenkrepp kurz abtropfen lassen und mit Salz bestreut auf Teller geben und mit dem vorbereiteten Dip servieren.

Vegetarisch

Zurück