



Oelsberger Gartengemüse

Unser Rezept der Woche:

Zucchini-Pommes

ein schneller Fingerfood-Snack (2 Portionen)

Zutaten

60 g Paniermehl

30 g Parmesam (gerieben)

1 Tl ital. Kräuter

Salz, Pfeffer

2 Eier

3 El Mehl

3 große Zucchini

Zubereitung

1. Paniermehl mit Parmesan, ital. Kräutern, Salz und Pfeffer gleichmäßig vermengen.
 2. Eier in einem Suppenteller verquirlen und mit etwas Salz und Pfeffer würzen.
Mehl in einem weiteren Teller bereitstellen.
 3. Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen. Zucchini waschen und in gleichmäßige Sticks schneiden.
 4. Zucchini-Sticks der Reihe nach in Mehl, Ei und Panademischung wälzen.
 5. Auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech auf mittlerer Schiene ca. 20 Minuten goldgelb backen.
- Tipp: Würzige Saucen und Dips sind leckere Ergänzungen zu knusprigen Zucchini-Pommes. Mit etwas Dill oder anderen Kräutern bestreuen gibt ihnen zusätzliches Aroma.

Oelsberger Gartengemüse

Hauptstraße 25 - 56357 Oelsberg - Telefon 0151 708 22 55 8

hallo@oelsberger-gartengemuese.de

www.oelsberger-gartengemuese.de