Frittierte Zucchini mit Essig & Knoblauch

ARBEITSZEIT	KOCH-/BACKZEIT	PORTIONEN
ca. 50 Minuten	ca. 10 Minuten	ca 4-6 Personen

ZUTATEN

450 g	frische Zucchini
	Salz
2 Stk.	Knoblauchzehen
	Pflanzenöl
	Mehl
	Pfeffer
2-3 EL	guter Weinessig

ZUBEREITUNG

Die Zucchini waschen und in ca. 6 mm dicke Stäbchen schneiden. Mit Salz bestreuen und in einem Sieb ca. 30 Minuten stehen lassen (am besten das Sieb auf einen Teller stellen).
Wenn die Zucchini Wasser gezogen haben, mit einem Tuch trockentupfen.
Den Knoblauch schälen, zerdrücken und zur Seite stellen.
Öl (ca. 6 mm hoch) in einer Pfanne erhitzen. Die Zucchinistäbchen nach und nach im Sieb mit Mehl bestreuen und langsam in die Pfanne geben.
Das Öl sollte so heiß sein, dass es zischt.
Die Stäbchen wenden, wenn sie goldbraun sind. Wenn beide Seiten gebräunt sind, rausnehmen, in eine Schüssel geben und mit Essig beträufeln.
Wenn alle Stäbchen fertig sind, die Knoblauchzehen in die Mitte geben, mit Pfeffer würzen und alles durchheben.

Tipp: Bei Raumtemperatur servieren & umso länger der Knoblauch in der Schüssel bleibt, desto stärker schmeckt man ihn.

Wir wünschen einen guten Appetit!

Vegan · Vegetarisch · Mit Alkohol · Ohne Zucker · Für Kinder geeignet