

GEBRATENES GEMÜSE MIT VEGANER MAYONNAISE



Menù-Zutaten

250 g. Preparato in polvere per pastella senza glutine
(Pulverzubereitung für glutenfreien Backteig) - L00
30 g. Carciofi alla griglia (Gegrillte Artischocken) - TO1
30 g. Maionese vegana (Vegane Mayonnaise) - K60X

Zutaten

n.B. Salz
n.B. Sonnenblumenöl
300 ml Wasser
20 g Brokkoli
20 g Zucchini
20 g Gelbe Paprika
20 g Rote Paprika
20 g Karotten
20 g Weiße Zwiebel

Chef: Diego Ponzoni

Glutenfrei

Zubereitung

Verarbeitung ohne Gluten

Für 1 Person.

Zunächst das Gemüse zubereiten. Die Karotten schälen und mit dem Karottenhobel der Länge nach in dünne Scheiben schneiden. Die Zucchini auf die gleiche Weise schneiden. Die Zwiebeln schälen und in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden. Die gelbe und rote Paprika in Scheiben schneiden und den Brokkoli in nicht zu große Rosetten schneiden. Sobald das Gemüse fertig ist, einige Sekunden lang in kochendem Wasser blanchieren und sofort in Wasser und Eis legen; sobald es gut abgekühlt ist, mit Hilfe von Küchenpapier vorsichtig abtupfen. Die Artischocken abtropfen lassen, in dünne Scheiben schneiden und mit Küchenpapier trocken tupfen. Den Backteig nach den Anweisungen auf der Packung zubereiten. Das Öl auf ca. 180-190°C erhitzen, das gesamte Gemüse (außer den Artischocken) in den Backteig tauchen und im Öl knusprig frittieren. Anschließend die Artischocken direkt im Öl frittieren. Wenn das Gemüse fertig ist, die vegane Mayonnaise in der Mitte des Tellers in einer Schüssel anrichten und das frittierte Gemüse darum herum verteilen. Servieren.