

Currywurst mit selbstgemachten Pommes frites

Zutaten für 4 Portionen:

Sauce:

100 g Zwiebeln
1 frische Knoblauchzehe
20 ml Rapsöl
30 g Tomatenmark
1,5 EL Currypulver
15 g Zucker
100 ml Orangensaft
400 g passierte Tomaten
Chilipulver
Salz

Pommes frites:

500 ml Rapsöl
800 g große Kartoffeln, mehlig kochend
4 Zweige Rosmarin, gewaschen und getrocknet
1 Bund Thymian, gewaschen und getrocknet
1 frische Knoblauchzehe
Salz
Würste:
4 Currywürste oder andere Bratwürste nach Wahl
2 EL Rapsöl



Und so geht's:

Sauce: Zwiebeln sowie Knoblauch abziehen und in feine Würfel schneiden, dann in einem Topf in Rapsöl hellbraun anschmoren. Tomatenmark, Currypulver sowie Zucker dazugeben und unter Rühren anschwitzen. Orangensaft und passierte Tomaten hinzufügen und alles 10 bis 15 Min. bei kleiner Hitze kochen, dann mit Chilipulver, Salz sowie evtl. noch Zucker abschmecken.

Pommes: Rapsöl in einer hohen Pfanne auf etwa 100 °C erhitzen. Inzwischen Kartoffeln schälen, in zentimeterstarke Stäbchen schneiden und in das heiße Rapsöl geben. Die Herdplatte auf die höchste Stufe stellen und die Pommes 12 bis 15 Min. unter gelegentlichem Rühren garen, bis diese goldbraun und knusprig sind. Etwa 3 Min. vor

Garzeitende die Hälfte der Kräuter und den Knoblauch hinzufügen und die Pommes damit aromatisieren. Pommes aus dem Fett nehmen und abtropfen lassen, salzen.

Würste: Die Würste in einer Pfanne in Rapsöl bei mittlerer Hitze 3 bis 4 Min. pro Seite garen, nach 2 Min. die restlichen Kräuter zugeben.

Die Würste zusammen mit der Sauce und den Pommes anrichten und servieren.

Copyright: UFOP

The logo for UFOP (Union zur Förderung von Öl- und Proteinpflanzen e.V.) features the letters 'ufop' in a bold, lowercase, sans-serif font. A small green leaf icon is positioned above the letter 'o'.

Union zur Förderung
von Öl- und Proteinpflanzen e. V.

Herausgeber:

UFOP e. V.
Claire-Waldoff-Straße 7
10117 Berlin
Telefon 030/235 97 99-0
Telefax 030/235 97 99-99
E-Mail info@ufop.de
Web www.ufop.de

INFORMATION
Union zur Förderung von Öl- und Proteinpflanzen e. V.