Kürbispommes aus der Heißluftfritteuse

Die Kürbis Pommes aus der Heißluftfritteuse sind die gesunde Alternative zu herkömmlichen Pommes frites. Außen leicht knusprig innen zart und mit Curry und Salz verfeinert.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 5 min

Koch/Backzeit: 15 min

Gesamtzeit: 20 min



Zutaten

1 Stk.	Hokkaidokürbis
3 EL	Pflanzenöl
1 Prise	Salz
1 Prise	Currypulver

Zubereitung

1. Für die knusprigen **Kürbis Pommes aus der Heißluftfritteuse** den Kürbis gründlich waschen und anschließend in der Mitte halbieren. Die Kerne mit einem Löffel entfernen. Bei Hokkaido-Kürbis kann die Schale mitverwendet werden, andere Kürbissorten sollten vor der Verarbeitung geschält werden. Den Kürbis in dünne, gleichmäßige Spalten schneiden und in eine große Schüssel geben.

2. Pflanzenöl, Currypulver und Salz hinzufügen und alles gründlich vermengen, sodass die Kürbisspalten rundherum mit der Würzmischung bedeckt sind. Die Kürbispommes in den Korb der Heißluftfritteuse geben und möglichst gleichmäßig verteilen. Bei 200 °C etwa 15 Minuten backen, bis die Pommes goldbraun und leicht knusprig sind. Je nach Dicke der Spalten kann die Garzeit leicht variieren.

Unsere Empfehlung
Philips Heißluftfritteuse 6,2 L Airfryer XL
hier bestellen



Tipp

Die Kürbispommes schmecken besonders gut mit einem cremigen Joghurtdip, Kräuterquark oder Knoblauchdip. Sie eignen sich hervorragend als Beilage zu Fleisch, Fisch oder vegetarischen Gerichten und sind auch als Snack für zwischendurch ein Genuss.