

Kohli's Kinderküche #1

Pommes Schranke



Zutaten für 2 Kinder & 2 Erwachsene

- 1kg festkochende Kartoffeln
 - 1 ½ TL Salz
- Paprikapulver oder Rosmarin nach Belieben
 - 1 ½ EL hitzebeständiges Öl, z.B. Rapsöl

Küchenwerkzeug

Küchenwaage, Schäler, Küchenmesser, Schneidebrett, große Schüssel, Sieb, sauberes Küchentuch, Backblech mit Backmatte oder Backpapier, Topflappen, Kochlöffel, 2 große Teller

Zubereitung

- 1 Schäle die Kartoffeln und schneide sie in etwa 1 cm breite Stifte. Spüle sie unter fließendem Wasser ab und lege sie in eine mit Wasser gefüllte Schüssel: Das entzieht ihnen etwas Stärke - so werden die Pommes knuspriger.
- 2 Heize den Backofen samt Backblech auf 200 °C Umluft oder 220 °C Ober- und Unterhitze vor. Gieße die Kartoffelstifte in ein Sieb ab und tupfe sie mit einem sauberen Küchenkrepp trocken. Gib sie zurück in die abgetrocknete Schüssel und vermische sie gut mit Öl, Salz und dem Paprikapulver (oder dem Rosmarin).
- 3 Belege nun das vorgeheizte Backblech mit Backpapier und verteile die Kartoffelstifte darauf - achte darauf, dass die Pommes locker und nicht übereinander liegen. Backe die Pommes auf mittlerer Schiene ca. 30 Minuten goldgelb und knusprig. Die letzten 5-10 Minuten kannst du einen

Ofenhandschuh oder Kochlöffel in die Ofentür klemmen, damit der Dampf entweichen kann. Sollten die Pommes schon zu dunkelbraun werden, decke sie mit einem Bogen Backpapier ab.

Tipps & Tricks

Probiere auch Süßkartoffelpommes. Du solltest sie vor dem backen zum Beispiel in Kartoffel-/Maisstärke (Mondamin) oder Reismehl wenden und sie mit etwas Paprikapulver bestreuen. Die Süßkartoffelpommes werden erst nach dem backen gesalzen!

Der rote Teil der Schranke - Selbstgemachter Ketchup



Zutaten für 2 Kinder & 2 Erwachsene

- ½ Apfel
- ½ Zwiebel
- 75 g Tomatenmark
- 1,5-2 EL Wasser
- je ca. 1 Messerspitze Zimt und Curry, gemahlen
- ½ TL Honig, Agavendicksaft oder Zucker

Küchenwerkzeuge

Küchenwaage, Küchenmesser, Esslöffel, Teelöffel, Schneidebrett, Kochlöffel, kleiner Topf mit Deckel, hohe Rührschüssel, Pürierstab

Ketchup vorbereiten

- 1 Den Apfel waschen, achteln und das Kerngehäuse entfernen. Apfelstücke grob würfeln. Die Zwiebel halbieren, die Schale abziehen und die Zwiebel grob würfeln. Zusammen mit den Apfelstücken in einen Topf geben.
- 2 Apfel-Zwiebel-Würfel mit 3–4 EL Wasser bei geschlossenem Deckel aufkochen und für etwa 5-10 Minuten auf kleiner Stufe weich köcheln.
- 3 Die Mischung in eine hohe Rührschüssel geben. Das Tomatenmark dazugeben und alles pürieren. Mit Zimt, Curry, Honig (oder anderen Süßungsmitteln) und Salz abschmecken.

Tipps & Tricks

Apfelspalten und Zwiebel auf die Schnittseiten (flache Seite legen). So rutschen sie beim Schneiden nicht weg. Wer den Ketchup flüssiger mag, gibt einfach ein bisschen Wasser dazu.

Der weiße Teil der Schranke - Selbstgemachte Mayo ohne Ei



Zutaten für 2 Kinder & 2 Erwachsene

- 75 g geschmacksneutrales Speiseöl
 - 25 ml Milch
 - ½ TL mittelscharfer Senf
 - Salz & Pfeffer nach Geschmack
- 1 Spritzer frisch gepresster Zitronensaft

Küchenwerkzeug

Küchenwaage, Küchenmesser, Schneidebrett, Leeres Gurkenglas/hohe Rührschüssel, Pürierstab

Mayo vorbereiten

- 1 Die Milch in das Gurkenglas geben. 2 Öl, Senf, Salz & Pfeffer dazugeben
- 3 Den Mixer in das Gurkenglas geben und auf den Glasboden stellen. Den Mixer anschalten, wenn eine mayoartige Masse entsteht den Mixer langsam nach oben ziehen, aber nicht aus der Mayo rausziehen!
- 4 Jetzt erst den Zitronensaft dazugeben und nochmal kurz mit dem Mixstab pürieren. Probiere die Mayo und würze sie wenn nötig nochmal mit Salz & Pfeffer nach.

Tipps & Tricks

Nimm ein Gurkenglas, das groß genug ist, damit der Pürierstab rein passt;-) Wenn du die Mayo darin zubereitest, kannst du nach der Zubereitung gleich den Deckel draufschauben. So hält die Mayo 3 Tage im Kühlschrank. Den Zitronensaft immer erst dazugeben, wenn die Mayo bereits fest ist, sonst kann es sein, dass die Mayo gerinnt, d.h. dass die Mayo bröckelig wird. Falls die Mayo nicht fest genug ist, kannst du nochmal Öl dazugeben und das Ganze nochmal durchmischen. Falls du Knoblauch magst, lege als erstes eine Knoblauchzehe in die Mitte des Gurkenglases und befolge dann die Schritte 1-4. Die Mayo heißt dann „Aioli“ und schmeckt ganz toll zu Kartoffelecken aus dem Ofen.

Viel Spaß beim Nachkochen & Guten Appetit!