

## Frites belges (*aus Belgien*)

- 1½ Kg Kartoffeln** schälen und in ca. 1cm dicke Stifte schneiden. Die Kartoffelstifte mit Wasser abspülen und kurz in eine Wasserschale legen um die Stärke zu entfernen. Danach mit einem Küchenhandtuch abtrocknen. Die Fritteuse oder einen Topf mit
- Öl (Maiskeimöl)** füllen und auf 130°C-140°C erhitzen. Die Pommes in mehreren kleinen Portionen hineingeben und etwa 5 Minuten vorgaren. Anschließend das Öl auf 170°C-180°C erhitzen und die Pommes, nun in größeren Portionen, hineingeben und etwa 3 Minuten goldbraun ausbacken. Die fertigen Pommes in ein Sieb geben, um das überschüssige Öl abtropfen zu lassen. Die Pommes mit
- Salz** und  
**evt. Paprikagewürz** würzen und mit verschiedenen Saucen servieren.

***Ergibt: ca. 4 Portionen***

***Zubereitungszeit: 20-30 Minuten***

***Frittierzeit: Ca. 8 Minuten (Pro Portion)***