

Dies ist die HTML-Version der Datei http://my-yasilicious.com/rezepte/rezept_zwiebelblume.pdf.
Google erzeugt beim Web-Durchgang automatische HTML-Versionen von Dokumenten.

Zwiebelblume (panierter Zwiebelsnack aus dem Ofen)

Zutaten

- Eine große Zwiebel
- 3 Eier
- 40 g Cornflakes
- 25 g geriebener Parmesan
- 1 ½ TL Paprikapulver
- 1 ½ TL Knoblauchpulver
- 1 TL Senf
- 1 TL Oregano
- Salz und Pfeffer
- Etwas Öl

Infos

Portion: eine Zwiebel-
blume

Arbeitszeit: ca. 30 min

Zubereitung

- Die Eier verquirlen und mit einem ½ TL Paprikapulver, einem ½ TL Knoblauchpulver und dem Senf vermischen
- Die Cornflakes in kleine Krümel zerbröseln und mit dem Parmesan, einem TL Paprikapulver, einem TL Knoblauchpulver und dem Oregano mischen und mit Salz und Pfeffer würzen
- Die Zwiebel mit der Wurzelseite nach unten auf einem Backblech platzieren und von oben aus achtel, aber nicht ganz bis zum Ende durchschneiden (siehe Video auf youtube)
- Die einzelnen „Blätter“ vorsichtig auseinanderziehen, die Zwiebel mit dem Ei bestreichen, sodass jedes Blatt damit bedeckt ist, dann mit der Cornflakesmischung panieren und den ganzen Vorgang noch einmal wiederholen
- Die fertig panierte Zwiebel mit etwas Öl gleichmäßig bestreichen und bei 180°C ca. 30 min backen