



Yacon-Pommes mit Ranch Dip

Rezepte vom LAISEACKER



Zutatenliste (für 4 Personen):

1 kg Yacon, 5 EL Sesam, 2 EL Leinsamen, 6 EL Wasser, 1 Knoblauchzehe, 4 EL getrocknete Zwiebel, 1 TL Dillspitzen, 1 TL Paprikapulver, 200 g Sojafrischkäse, 1 TL Apfelessig, 1 EL (Optional) vegane Mayo, ein bisschen Salz & Pfeffer

Zubereitung:

1. Die Leinsamen mit dem Wasser für mindestens 30 Minuten einweichen. Anschließend mit dem Knoblauch und dem Wasser in einem Mixbehälter zu einer klebrigen Masse mixen.
2. Den Backofen auf 180°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Yacon schälen und halbieren. Dann in Pommes-Streifen schneiden. Auf einem Teller die pürierten Leinsamen verteilen. In einer Schüssel die Semmelbrösel, 2 EL getrocknete Zwiebeln, Paprikapulver, Salz und Pfeffer vermischen. Die Yacon-Pommes zuerst im Lein-Ei wälzen, dann in den Semmelbröseln. Auf einem Backblech mit Backpapier ausgelegt die Pommes auslegen. Im Ofen für circa 30 Minuten knusprig backen.
3. Währenddessen den Sojafrischkäse, Apfelessig, 2 EL getrocknete Zwiebeln, Mayo und Dillspitzen vermischen. Die Pommes mit dem Dip servieren.

Viele weitere tolle
Rezeptideen finden Sie auf
www.laiseacker.de

Guten Appetit

