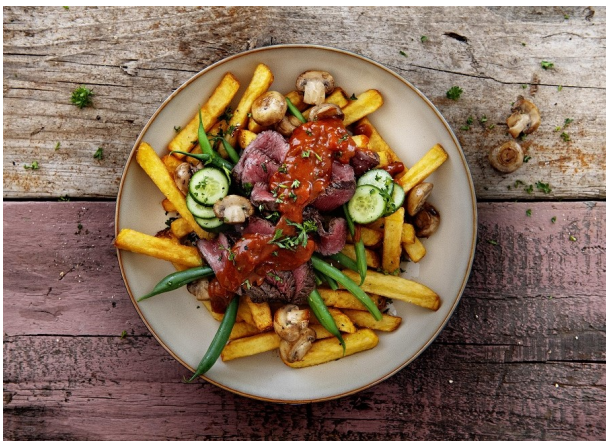


REZEPT

## Loaded Fries



Loaded Fries Stroganoff / Foto: Aviko

### Loaded Fries Stroganoff

Zutaten (für 10 Personen):&nbsp;2,5 kg Aviko SuperCrunch Pommes,&nbsp;750 g grüne Bohnen,&nbsp;500 g kleine Champignons,&nbsp;500 g (Mini-)Gurken,&nbsp;3 Zweige Petersilie,&nbsp;75 g Butter, 1,5 kg Steak,&nbsp;750 ml Stroganoff-Sauce (siehe Tipp),&nbsp;Öl zum Frittieren

Zubereitung (30 Minuten):&nbsp;

Die grünen Bohnen schälen. Die Pilze säubern. Die Gurken in Scheiben schneiden. Die Petersilie fein hacken.

Die grünen Bohnen in Salzwasser 8 Minuten al dente kochen. Das Steak in 10 Stücke teilen und mit Salz und Pfeffer würzen. In der Butter medium anbraten und 10 Minuten unter Alufolie ruhen lassen.

Die Pilze im restlichen Bratfett 5 Minuten anbraten. Die Stroganoff-Sauce bei schwacher Hitze unter gelegentlichem Umrühren erwärmen.

Aviko SuperCrunch Pommes nach Packungsangabe frittieren, gut abtropfen lassen und mit Salz abschmecken.

Das Steak in dünne Scheiben schneiden. Die Pommes auf 10 Teller verteilen. Grüne Bohnen, Steak, Stroganoff-Sauce, Pilze und Gurke über die Pommes geben und mit der Petersilie bestreuen.

Tipp: Für selbstgemachte Stroganoff-Sauce 200 g Tomatenpüree und 2 EL mildes Paprikapulver unter die gebratenen Champignons rühren und weitere 2 Minuten braten. 200

ml trockenen Weißwein und 500 ml Kochsahne hinzugeben. Mit (Cayenne-)Pfeffer und fein gehackter Petersilie abschmecken.

### Loaded Fries Irish Stew

Zutaten (für 10 Personen):

3 kg Aviko SuperCrunch Pommes, 75 g Butter, 3 kg mageres Rindfleisch, gewürfelt, 3 Zwiebeln, gehackt, 2 Lauchstangen, in Ringe geschnitten, 3 Karotten, in Scheiben geschnitten, 1 l Guinness-Bier, 1 l Fleischbrühe, 2 Lorbeerblätter, 3 kg Karotten, 75 ml Olivenöl, (grobes) Meersalz, 1 Bund Petersilie, 500 g Sauerrahm, Öl zum Frittieren

Zubereitung (30 Minuten + 3 Stunden Garzeit):

Die Butter schmelzen, das Fleisch anbraten und dann an die Seite schieben. Die Zwiebeln mit dem Lauch und den Karotten 5 Minuten lang sanft anbraten, ohne dass sie Farbe bekommen.

Das Fleisch mit dem Gemüse vermischen. Bier und Brühe hinzufügen, Lorbeerblätter dazugeben und aufkochen. Die Hitze reduzieren und 3 Stunden köcheln lassen.

Karotten schälen und die Blätter entfernen. Auf Backblechen verteilen, mit Olivenöl beträufeln und vermengen. Nach Geschmack mit Meersalz bestreuen. Die Karotten im vorgeheizten Backofen bei 220 °C 25 bis 30 Minuten al dente rösten.

Petersilie fein hacken und mit der sauren Sahne vermischen. Aviko SuperCrunch Pommes nach Packungsangabe frittieren, gut abtropfen lassen und mit Salz abschmecken.

Das Stew auf die gewünschte Konsistenz eindicken und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Pommes und die Karotten auf Teller verteilen. Das Stew über die Pommes geben. Die Petersiliencreme separat servieren.

### Loaded Fries Pulled Veggies

Zutaten (für 10 Personen):

2,5 kg Aviko SuperCrunch Pommes, 500 g Spitzkohl, 150 g Karotten-Julienne, 100 g Mayonnaise, 25 g Dijon-Senf, Saft von 1 Zitrone, 4 Zweige Petersilie, 75 ml Olivenöl, 1,5 kg vegetarische Fleischalternative, 250 ml süße Chilisaucе, 2 Frühlingszwiebeln, in Ringen, Öl zum Frittieren

Zubereitung (30 Minuten):

Den Spitzkohl in feine Streifen schneiden. Mit der Karotte, der Mayonnaise, dem Senf und dem Zitronensaft vermischen. Petersilie fein hacken und unter den Krautsalat rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Fleischalternative in Stücken 5 Minuten in Olivenöl braten, bis diese goldbraun und knusprig sind. Anschließend nach Art eines Pulled Pork in kleine Büschel zerteilen.

Aviko SuperCrunch Pommes nach Packungsangabe frittieren, gut abtropfen lassen und mit Salz abschmecken.

Die Pommes auf 10 Teller verteilen. Den Krautsalat und die Pulled-Veggie-Stücke über die Pommes geben. Mit der Chilisaucе und den Frühlingszwiebeln abrunden.

Tipp: Mit einer veganen Fleischalternative und veganer Mayonnaise werden daraus im Handumdrehen Loaded Fries Vegan Style.

## Loaded Fries Calamari

Zutaten (für 10 Personen):

2,5 kg Aviko SuperCrunch Pommes, 500 g Tomaten, 500 g (Mini-)Gurken, 3 rote Zwiebeln, 3 Zweige frischer Dill, 1 kg Calamari (gefroren), 400 g schwarze Oliven, 400 ml Knoblauchsauce, Öl zum Frittieren

Zubereitung (25 Minuten):

Tomaten und Gurken in Scheiben schneiden. Die Zwiebeln in halbe Ringe schneiden. Den Dill fein hacken.

Die Calamari 3 bis 4 Minuten bei 170 °C frittieren, bis sie goldbraun sind, gut abtropfen lassen und warmhalten.

Aviko SuperCrunch Pommes nach Packungsangabe frittieren, gut abtropfen lassen und mit Salz abschmecken.

Die Pommes auf 10 Teller verteilen. Tomaten, Gurken und Zwiebeln über die Pommes geben. Die Calamari-Ringe darauflegen und mit Oliven, Knoblauchsauce und Dill abrunden.

Tipp: Für eine vegetarische Alternative einfach die Calamari durch gebratene Zwiebelringe ersetzen.