Ofen-Pommes

Zutaten (für 2 Personen):

· 600 g fest kochende Kartoffeln
· 1 TL Meersalz
· 1 EL Olivenöl
· alternativ: Rapsöl
· 1 Prise Paprikapulver

Kartoffeln schälen und in etwa 1 cm breite Stifte schneiden. Unter fließendem Wasser abspülen und in eine mit Wasser gefüllte Schüssel legen: Das entzieht ihnen etwas Stärke - so werden die Pommes knuspriger.

Backofen samt Backblech auf 200 Gras Umluft vorheizen. Kartoffelstifte in ein Sieb abgießen und mit einem sauberen Küchenkrepp trocken tupfen. Zurück in die abgetrocknete Schüssel geben und gut mit Öl und Salz vermischen.

Das vorgeheizte Backblech mit Backpapier belegen, Kartoffelstifte darauf verteilen - darauf achten, dass die Pommes locker und nicht übereinander liegen. Auf mittlerer Schiene circa 30 Minuten goldgelb und knusprig backen. Die letzten 5-10 Minuten einen Ofenhandschuh in die Ofentür klemmen, damit der Dampf entweichen kann. Sollten die Pommes schon zu stark bräunen, mit einem Bogen Backpapier abdecken. Mit Paprikapulver bestreut servieren.

Sendung/Quelle: Die Ernährungs-Docs
Sendetermin: 04.03.2024
Koch/Köchin:

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen