

Perfekte Ofen-Pommes Frites

 lamiacucina.blog/2016/05/25/ofen-pommes-frites-perfekt/

lamiacucina





Ich sah schon die Schlagzeilen der kulinarischen Presse: „Kartoffel-Revolution aus der Schweiz“, „Schweizer Blogger erhält in Stockholm die Goldene Kartoffel“ usw. [Ironieschalter: off].

Wie gerne würden wir öfters Pommes frites essen, kriegen aber in Ermangelung einer Friteuse kaum welche auf den Teller. Als ich noch jung war, beschaffte ich mir hin und wieder ein Tütchen aus dem MacDings. Später die TK-Ware der Migros: essbar, mehr nicht. Bis mir vor einem halben Jahr ein genialer Geistesblitz durch die Hirnwindungen fuhr: meine [bei 72°C vorgegarten](#) und kalt abgeschreckten Kartoffeln. So vorbehandelt, verfestigen sich die Kartoffeln, die Stärkeschichten binden das inhärente Wasser der rohen Kartoffeln und die Kartoffelstifte lassen sich mit wenig Öl im Ofen zu knusprigen pommes allumettes oder frites backen.

Geniale Idee, da war ich mir absolut sicher, allein es haperte am Resultat: Latschige pommes frites. Noch und noch. Wer hoch steigen will, fällt tief. So lösen sich Träumereien in Nichts auf. Aber solches ist man als Tagträumer ja gewohnt. Was nun?

Über den Hag fressen ist immer erlaubt. In einem sind sich alle Ofenfrittenbäcker einig: An echte, zweifach fritierte Frites kommen keine Ofenfrites heran. *Nachtrag: ausser meinen* [es geht doch nichts über ein gesundes Selbstbewusstsein]. Den meisten Rezepten ennet dem Hag ist gemeinsam, dass die Stärke aus den rohen Kartoffelstiften teilweise entfernt wird. z.B [hier](#) oder [hier](#). Wer das erfunden hat, weiss ich nicht, jedenfalls

plädiert der hochverehrte Vinzenz Klink schon seit Jahrzehnten dafür, die Kartoffeln erst in kaltem Wasser zu baden. Jungköche wie Ottolenghi gehen noch einen Schritt weiter, sie blanchieren die Kartoffeln in kochendem Salzwasser. Damit gehen natürlich wertvolle Inhaltsstoffe der Kartoffel ins Waschwasser, aber das pflegt Spitzenköche nicht zu kümmern. Also habe ich auch das probiert und die Stärke kalt wie heiss ausgewaschen: Fehlanzeige. Schlapp bleibt schlapp. Zurück zu meiner Idee. Wenn Intelligenz nichts nützt, dann muss es Sturheit richten.

Die belässt Stärke und alle Inhaltsstoffe in der Kartoffel. Die Kartoffel wird vorgegart, verfestigt sich. Das Vorgaren verkürzt die Garzeit im Ofen von 30-40 auf 20-25 Minuten. Alle Versuche machte ich bislang mit meiner Lieblingskartoffel, der festkochenden Amandine. Ungezählte Pleiten. Bis ich ein zweites Mal von einem Blitz getroffen wurde: **Festkochend?** Wie konnte ich das bloss übersehen? Pommes macht man doch mit mehlig-kochenden Kartoffeln! Kinderwissen! **Victoria!** Das wars. Victoria, die mehlig-kochende Kartoffel hat den Durchbruch gebracht. Damit wurden die pommes so, wie ich sie gerne habe, aussen knusprig, innen weich, gleichmässig golden: meine schmecken mir sogar besser als die in Beizen so beliebten Kadi-frites, die ich an der letzten internationalen Messe für Gastronomie in Basel probierte. Von der TK-Ware der Migros nicht zu reden.

Zutaten

für 2 Personen

ca. 800 g möglichst grosse Kartoffeln (L.: Victoria, mehlig-kochend)
2 EL Erdnussöl
2 TL Kartoffelstärke

Meersalz

Zubereitung

(1) Topf mit viel Wasser auf ca. 80°C erhitzen. Auf niedrige Stufe schalten, ungeschälte Kartoffeln zugeben, nach etwa 5 Minuten die Temperatur mit kaltem oder siedendem Wasser auf 72°C stellen und öfters nachjustieren. Nach 30 Minuten (grosse Kartoffeln 15 Minuten länger) Wasser abgiessen und die Kartoffeln mit viel kaltem Wasser abschrecken.

(2) Erkalte Kartoffeln mit Sparschäler schälen. Zu Pommes frites schneiden. Kartoffelstifte gleichmässig von Hand erst mit dem Öl dann der aufgesiebten Kartoffelstärke überziehen und gut mischen.





©www.lamiacucina.wordpress.com

Allumettes bereit zum backen



(3) Ofen mit einem Blech auf 220°C Umluft aufheizen. Die Kartoffelstifte in militärischer Ordnung flach auf ein Backpapier auf einem Holzschieber ausbreiten. Dann samt Papier auf das heiße Blech schieben, Türe zu und zunächst 5 Minuten bei 220°C backen. Türe etwa alle 5 Minuten **kurz** öffnen. Dadurch entweicht jedesmal Dampf (wichtig!) und die Frites werden knusprig. Falls der Ofen ungleichmässig bräunt, wie bei meinem VZ-Rolls-Royce, das Blech einmal wenden.

Nach insgesamt 20-25 Minuten kann man ans Essen denken. Frites in eine mit Küchenpapier ausgelegte, vorgewärmte dicke Steingut-Schüssel geben, salzen und im abgestellten Ofen warm halten.

Fazit: Die in Erdnussöl zweimal fritierten, von Hand geschnittenen Frites bleiben zwar Goldstandard. Trotzdem: Never to be seen again, MacDings! Und Schweinsbratwürste, Koteletts oder Schnitzel gibts dort eh nicht, das sind aber sowieso nur Beilagen.

Was jetzt noch fehlt, sind Versuche mit andern, mehlig-kochenden Sorten, und ein Versuch mit vorgekochten, geölten und gepuderten, dann tiefgekühlten Kartoffelstiften.



Irish Sirloin Beef mit meinen Ofen Pommes frites