



[SEXYGLASFUTTER.DE](http://SEXYGLASFUTTER.DE)

[PARTYFOOD](#) – [FINGERFOOD](#) – [TO GO FOOD](#) - [VEGETARISCH](#) – [VEGAN](#) - [PROTEINFOOD](#)

### geröstete Zwiebeln



#### **Einkaufsliste:**

Zwiebeln, weiß  
oder Gemüsezwiebeln, weiß  
Speisestärke, ca. 30 g  
Salz  
Pfeffer  
Sonnenblumenöl, 1 l



[SEXYGLASFUTTER.DE](http://SEXYGLASFUTTER.DE)

[PARTYFOOD](#) – [FINGERFOOD](#) – [TO GO FOOD](#) - [VEGETARISCH](#) – [VEGAN](#) - [PROTEINFOOD](#)

### Bayerische Brotzeit - geröstete Zwiebeln

	  einfach schnell	 preiswert
	  kalt oder warm servieren	
		 To Go Food Party

#### Vorbereitung:

- Zwiebeln schälen und in dünne Ringe schneiden,
- in der Speisestärke mehlieren, salzen und pfeffern, abklopfen,
- Sonnenblumenöl in einem kleineren Topf auf ca. 160°C erhitzen
- (siehe „Kochtipps“)

#### Zubereitung:

- die mehlierten Zwiebelringe mit einer Schaumkelle kurz in das heiße Öl geben,
- im Öl bewegen, sodass sie gleichmäßig braun werden,
- mit der Schaumkelle rausnehmen,
- auf Küchentrepp entfetten,
- in kleinen flachen Gläschen servieren

#### Tipps:

- Diese frisch gerösteten Zwiebeln sind sehr lecker und eignen sich gut als Topping, z.B. auf Obazda.