

Rezept Nordamerika : Kanada



Poutine – das kanadische Nationalgericht

Gesund ist definitiv anders – aber wenn es ein Gericht gibt, was typisch kanadisch ist, dann ist es wohl die Poutine. Seinen Ursprung hat das deftige Gericht in Québec. Mittlerweile findet man es in Restaurants und Fast Food Ketten im ganzen Land. Es besteht aus in reichlich Bratensoße getränkten und mit Käse verfeinerten Pommes Frites – die in der Originalvariante doppelt frittiert werden! Poutine wird allein oder als Beilage zum Sandwich oder Hamburgern gegessen. Der Geheimitipp nach einer langen Partynacht.

So wird's gemacht:

Für die Pommes zunächst die **Kartoffeln** schälen und in dicke Stifte schneiden. Die Stifte in kaltes Wasser legen. Den **Cheddar-Käse** einfach in Stücke schneiden. Für die Soße die **Schalotte** und die **Knoblauchzehe** klein schneiden und in einem großen Topf in etwas Öl anbraten. Mit der Brühe und der **Worcestershiresauce** aufgießen und die Soße zum Kochen bringen.

In einem zweiten Topf die **Butter** schmelzen, das **Mehl** dazugeben und mit der Brühe zu einer Mehlschwitze verrühren – Konsistenz und Nachwürzen bestimmen Sie selbst. In der Zwischenzeit das **Frittieröl** in einem Topf oder einer Fritteuse auf 140 Grad erhitzen. Die Kartoffelstifte abgießen und mit einem Küchentuch trocken tupfen. Sie sollten vollständig trocken sein. Die **Pommes** portionsweise für **5 Minuten** im heißen Fett vorgaren. Anschließend herausnehmen, da Öl auf **175 Grad** erhitzen und die Pommes erneut für **2-3 Minuten** frittieren bis sie goldbraun sind.

Warum die Pommes doppelt frittiert werden? Dadurch werden sie außen schön knusprig, bleiben innen aber noch weich. Für die **Poutine** die Pommes auf einem Teller anrichten, die **Cheese Curds** darüber streuen und mit der **Bratensoße** übergießen.

Sie brauchen:

Zutaten für 4 Personen

Für die Pommes:

- 12 Stück Kartoffel (alternativ Süßkartoffeln)
- 2 Liter Frittieröl
- Salz

Für die Cheese Curds:

- 500 Gramm Cheddar (oder geriebener Mozzarella)

Für die Bratensoße:

- 2 Schalotten
- 2 Knoblauchzehen
- 1200 Milliliter Rinderbrühe
- 4 TL worcestershire Sauce
- 60 Gramm Butter
- 60 Gramm Mehl
- Salz, Pfeffer

🕒 45 min

👑👑👑 mittel