

The logo for 'LAND-LEBEN' features a stylized landscape with a red-roofed house, green hills, and a blue sky with a sun, all enclosed in a circular frame. The text 'LAND-LEBEN' is written in a bold, sans-serif font above the circle.

# Panierte Gemüse Pommies mit 2erlei Dips

Gesunder Knusperspaß frisch aus dem Ofen. Snackidee die Freude macht – panierte Gemüse Pommies in einer knusprigen Hülle aus feinsten **BIO Dinkel-Semmelbröseln**. Als leichte Alternative zu klassischen Pommies servieren wir heute saftige Zucchini- und Süßkartoffelstifte im Ofen gebacken.

**Cremige Dips dürfen hier auf keinen Fall fehlen:** Feta-Kren-Dip und Honig-Senf-Dip. Ganz dem heurigen Foodtrend „Snackification“ entsprechen sind unsere panierten Gemüse Pommies schnell und einfach in der Zubereitung, gelingsicher und schmecken den ganzen Tag, jeden Tag.



## Rezept

**Menge:** 4 Portionen

**Dauer:** 45 Minuten

## **Zutaten:**

### **Für die Gemüse Pommés:**

- 150 g **LAND-LEBEN BIO Dinkel-Semmelbrösel**
- 1 gehäufte TL scharfe italienische Kräutermischung
- 2 Eier (Größe L)
- Salz & Pfeffer
- 2 große Zucchini
- 2 große Süßkartoffel

### **Für den Feta-Kren-Dip:**

- 250 g Feta
- 1 Schuss Milch
- 1 EL Oberskren

### **Für den Honig-Senf-Dip:**

- 150 Crème fraîche
- 2 EL Honig
- 1 TL Senf
- 1 TL Zitronensaft
- Salz & Pfeffer

## **Zubereitung:**

Die BIO Dinkel-Semmelbrösel mit italienischen Kräutern würzen.

Die Eier mit Salz und Pfeffer glattrühren.

Die Zucchini waschen und in Stifte schneiden. Die Süßkartoffel schälen und in Stifte schneiden.

Die Gemügestifte in die Eiermasse tunken und anschließend in den BIO Dinkel-Semmelbröseln wälzen. Auf einem mit Backpapier belegten Blech verteilen und mit Olivenöl beträufeln. Im vorgeheizten Ofen bei 200°C Heißluft für rund 20 Minuten backen.

Für den Feta-Kren-Dip alle Zutaten zu einer cremigen Soße mixen. Sollte diese ein wenig zu flüssig sein – Tipp: im Kühlschrank wird der Dip wieder fester.

Für den Honig-Senf-Dip: Alle Zutaten miteinander verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

[www.land-leben.com](http://www.land-leben.com)

---

© LAND-LEBEN Nahrungsmittel GmbH