



# Banh-Mi mit Bio Frites

## ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

500 g	KADI Bio Frites
3	Karotten
250 ml	Wasser
1 EL	Salz
1 EL	Zucker
1	Jalapeño
1/2 Bund	Petersilie
1	Limette
4	Eier
1 EL	Rapsöl

## Für den Miso-Dip

2 EL	Mayonnaise
1 EL	helle Misopaste
2 TL	Sojasauce
1/2	Limette

## ZUBEREITUNG - CA. 35 MINUTEN

KADI Bio Frites gemäss Packungsanleitung zubereiten.

Karotten schälen und in Spiralen oder feinen Streifen schneiden.

Wasser, Essig, Salz und Zucker in einem Topf aufkochen lassen. Vom Herd nehmen und ca. 1 Minute abkühlen lassen. Karotten in eine Schüssel geben, mit Mischung begiessen, abdecken und kaltstellen.

Rapsöl in einer Bratpfanne bei mittlerer Stufe erhitzen.

Eier aufschlagen und in die Pfanne geben. Spiegeleier ca. 2 bis 3 Minuten anbraten. Jalapeño in dünne Scheiben schneiden, Petersilie grob hacken und Limette in Spalten schneiden.

Dip: Limette auspressen. Limettensaft mit restlichen Zutaten zu einer glatten Masse verrühren.

Frites auf dem Teller verteilen. Karotten abgiessen, abtropfen lassen und mit Petersilie und Jalapeño auf die Frites geben. Mit je einem Spiegelei toppen und mit Limettenspalten und Miso-Dip servieren.

**KADI<sup>+</sup>**

Hier sind unsere Produkte erhältlich:  
[b2c.kadi.ch/einkaufen/store-locator](https://b2c.kadi.ch/einkaufen/store-locator)