

Kokos-Pute mit mexikanischem Salat

Für zwei Personen

| | | |
|-------------------------|-------------------------|------------------------|
| 300 g Putenbrust | 100 g rote Bohnen | 100 g weiße Bohnen |
| 1 gelbe Paprika | 10 Cherrytomaten | 1 Limette |
| 1 Zwiebel | 1 Chilischote | 1 Knoblauchzehe |
| 3 Minzblätter | 4 Eier | 20 g Tomatenmark |
| 2 EL Olivenöl | 100 g Kokosflocken | 3 EL Semmelbrösel |
| Rapsöl | edelsüßes Paprikapulver | gemahlener Kreuzkümmel |
| Meersalz, Salz, Pfeffer | | |

Das Putenfleisch waschen und trocken tupfen. Die Knoblauchzehe abziehen und mit der Knoblauchpresse in eine Schüssel drücken. Die Eier und die Kokosmilch dazugeben und mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen. Das Putenfleisch in Stücke schneiden und in die Schüssel mit der Marinade geben. Das Fleisch einige Zeit in der Marinade ziehen lassen. Die Zwiebel abziehen und in Viertelringe schneiden. Die Paprika waschen, entkernen und grob würfeln. Die Cherrytomaten waschen und vierteln. Die Chilischote entkernen und grob würfeln. Die Minzblätter zerkleinern und zusammen mit dem geschnittenen Gemüse in eine Schüssel geben. Die roten und weißen Bohnen ebenfalls in die Schüssel geben. Für die Marinade die Limette auspressen, den Limettensaft auffangen und zusammen mit dem Tomatenmark und dem Olivenöl vermengen. Mit Salz, Pfeffer und Kreuzkümmel abschmecken. Die Kokosflocken mit den Semmelbrösel mischen. Das Fleisch aus der Einlage nehmen und in die Panademischung geben. Das panierte Fleisch einer Pfanne mit heißem Rapsöl frittieren. Anschließend das Fleisch auf einem Küchentuch abtropfen lassen. Die Kokos-Pute zusammen mit dem Mexicosalat auf Tellern anrichten und servieren.

Patrick Arntz am 21. Oktober 2013