

Hähnchen-Praline, Paprika-Gemüse, Kartoffel-Stampf

Für zwei Personen

Für die Hähnchenpralinen:

2 Hähnchenfilets, à 200 g 2 l Kokosfett

Für die Marinade:

1 TL Paprikapulver $\frac{1}{4}$ TL Ingwerpulver $\frac{1}{4}$ TL Chilipulver
 $\frac{1}{4}$ TL Bockshornklee 6 EL Sonnenblumenöl Salz, Pfeffer

Für die Panade:

120 g Pumpernickel 140 g Bergkäse 2 Eier
100 ml Sahne 2 EL Paniermehl 6 EL Weizenmehl

Für das Paprikagemüse:

1 rote Paprika 1 gelbe Paprika 1 grüne Paprika
1 große rote Zwiebel 1 EL Olivenöl Zucker, Salz, Pfeffer

Fürs Petersilien-Pesto:

80 g Petersilie 80 g Bergkäse 80 g gehackte Mandelstücke

Für den Stampf:

4 mehlig. Kartoffeln 1 Zitrone 4 EL Butter
3 EL Tafelmeerrettich 100 ml Sahne 5 Stängel Petersilie
Salz, Pfeffer

Das Kokosfett in der Fritteuse auf 170 Grad erhitzen. Die Filets waschen, trocken tupfen und in Würfel schneiden. Das Öl mit dem Paprikapulver, dem Ingwerpulver, dem Chilipulver und dem Bockshornklee vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Hähnchenwürfel mit der Marinade in einen Beutel geben und gut miteinander vermengen, 20 min. einwirken lassen. Für den Stampf die Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden. Einen Topf mit Wasser und einer Prise Salz erhitzen und die Würfel darin gar kochen. In einem weiteren Topf die Sahne und die Butter erhitzen. Mit etwas Salz und Pfeffer würzen. Die Kartoffelwürfel in einem Sieb abgießen, in den Topf zurückgeben und die Sahne-Butter-Mischung dazu schütten. Anschließend Die Kartoffeln stampfen bis das Püree die gewünschte Konsistenz hat. Die Schale der Zitrone abreiben und das Püree mit dem Abrieb und dem Tafelmeerrettich abschmecken. Für das Gemüse die Paprika entkernen und in Rauten schneiden. Die Zwiebel abziehen und in Halbmonde schneiden. Das Olivenöl in einem Wok oder einer Pfanne erhitzen und die Paprika und Zwiebelstücke anbraten. Mit Pfeffer, Salz und Zucker abschmecken. Wenn das Gemüse gar ist, die Pfanne zur Seite stellen und das Gemüse warm halten. Für das Pesto den Bergkäse reiben. Die Mandeln, die Petersilie und den Bergkäse mit dem Olivenöl in einen Mixer geben und fein pürieren. Anschließend mit Salz abschmecken. Für die Panade die Sahne steif schlagen. Die Eier aufschlagen und mit der Sahne verrühren. Die Pumpernickel und den Bergkäse in kleine Würfel schneiden und im Mixer zerkleinern. Die Brot- Käse-Masse auf einen Teller geben und mit dem Paniermehl vermengen. Zwei weitere Teller mit der Eismasse und dem Mehl vorbereiten. Die Hähnchenwürfel aus der Marinade nehmen und mit einem Küchentuch abtupfen. Die Hähnchenwürfel leicht im Mehl wälzen, durch die Eismasse ziehen und mit der Pumpernickel-Bergkäse-Masse panieren, 5 min. frittieren und danach auf einem Küchentuch abtropfen lassen. Die Hähnchenpralinen mit dem Gemüse auf Tellern geben. Den Stampf mit Hilfe eines Spritzbeutels daneben anrichten, mit Pesto und Petersilie garnieren.

Monika Thomaier am 24. November 2014