

Hähnchen-Schnitzel mit Zucchini-Auberginen-Gemüse, Rösti

Für zwei Personen

Für die Hähnchenschnitzel:

1 Hähnchenbrust à 200 g	2 Eier	10 ml Sahne
2 EL Currypulver	5 EL Mehl	60 g Pankobrösel
30 g Semmelbrösel	4 EL Sonnenblumenöl	Salz, Pfeffer

Für das Gemüse:

200 g Zucchini	300 g Aubergine	1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe	5 Kirschtomaten	1 Limette
3 Zweige Minze	200 ml Kokosmilch	100 ml Gemüsefond
1 Prise Currypulver	1 Prise Zucker	3 EL Sonnenblumenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Rösti:

4 vorw. festk. Kartoffeln	1 Prise Muskat	2 EL Rapsöl
1 EL Salz		

Für die Hähnchenschnitzel:

Die Hähnchenbrust waschen, trockentupfen und schräg in 4 ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Scheiben zwischen zwei Lagen Klarsichtfolie legen, mit Öl einpinseln und plattieren.

Eier mit Sahne und Currypulver verquirlen. Mehl und Pankobrösel auf jeweils einen flachen Teller geben. Semmelbrösel mit den Pankobröseln vermischen. Schnitzel salzen, pfeffern, in Mehl wenden, abklopfen und durch die Eimasse ziehen. In den Bröseln panieren.

Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die Schnitzel darin 2-3 Minuten auf beiden Seiten goldbraun braten. Auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

Für das Gemüse:

Zucchini und Aubergine waschen, von den Enden befreien und würfeln.

Zwiebel schälen, halbieren und in dünne Scheiben schneiden.

Knoblauch abziehen und andrücken. Kirschtomaten halbieren. Minze abbrausen, trockenwedeln und Minzblätter grob hacken.

Öl in einer Pfanne erhitzen, Zucchini und Auberginen darin ca. 2 Minuten unter Rühren anbraten, Zwiebel und Knoblauch dazugeben. Kokosmilch, Kirschtomaten und Fond dazugeben. Alles salzen, pfeffern und zugedeckt ca. 10 Minuten garen.

Limette halbieren und auspressen. Gemüse mit Salz, Pfeffer, Zucker, Currypulver und etwas Limettensaft abschmecken. Minzblätter unterheben.

Für die Rösti:

Kartoffeln schälen und reiben. In ein Sieb geben, salzen und abtropfen lassen. Mit Muskat würzen.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Kartoffeln auspressen und kleine, flache Fladen in der Pfanne von beiden Seiten kross braten.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Angela Thiorgan am 14. September 2020