

Hähnchen-Schnitzel in Erdnuss-Panierung, Möhren-Pommes

Für zwei Personen

Für das Fleisch:

250 g Hähnchenbrust	1 Limette, davon Saft	1 Stange Zitronengras
1 kleine Ingwerknolle	2 Eier	15 ml Sahne
2 EL Sojasauce	50 g gehackte Erdnüsse	100 g Paniermehl
100 g Mehl	Öl	2 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Möhren-Pommes:

350 g Möhren	1,5 Eier	½ TL Knoblauchpulver
2-3 Zweige Koriander	1 ½ EL Maisstärke	100 g Panko
3 EL Olivenöl	Salz	

Für den Zucchini Salat:

250 g Zucchini	½ Papaya	1 Limette, davon Saft
1 EL Sojasauce	1 EL Reissessig	1 geh. TL Honig
1 TL Sriracha-Sauce	1 TL gerösteter, heller Sesam	2-3 Zweige Koriander

Für die Limetten-Mayonnaise:

1 Limette, Abrieb, Saft	1 Ei	1 geh. TL Senf
1 TL Zucker	150 ml Rapsöl	½ TL Salz

Für den Teriyaki-Dip:

½ Knoblauchzehe	1 kleines Stück Ingwer	150 ml Crème-fraîche
100 ml Sojasauce	100 ml Mirin	50 ml Sake
½ TL geröst. Sesam	50 g Rohrzucker	1 EL Sesamöl
1 EL Rapsöl		

Für die Garnitur:

1 Zucchini-Blüte	1 Limette
------------------	-----------

Für das Fleisch:

Den Backofen auf 175 Grad Umluft vorheizen.

Hähnchenbrust aufschneiden und in dünne Teile schneiden. Limette halbieren und Saft auspressen.

Olivenöl, Zitronengras, Sojasauce, Limettensaft und Ingwer zu einer Marinade mischen und das Fleisch damit einreiben. 10 Minuten ziehen lassen.

Hähnchenbrustteile zwischen Klarsichtfolie legen und dünn plattieren.

Anschließend das Fleisch mit Wasser besprühen, salzen, pfeffern und durch das Mehl ziehen. Eier mit Sahne verquirlen und die Hähnchenbrust durch das Ei ziehen. Erdnüsse und Paniermehl mischen und das Fleisch darin wälzen. Schnitzel in heißem Öl von beiden Seiten kross braten.

Für die Möhren-Pommes:

Möhren waschen, schälen und in längliche, dünne Pommes ähnliche Formen schneiden. Eier verquirlen, Maisstärke und Knoblauchpulver vermischen. Möhrenstifte zuerst in Stärke-Gemisch, dann in Ei und anschließend im Panko wälzen. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben. Im vorgeheizten Ofen ca. 20 Minuten backen.

Koriander klein hacken und mit Olivenöl mischen. das Gemisch grob mit den Möhren-Pommes vermengen und abschließend salzen.

Für den Zucchini Salat:

Limette halbieren und Saft auspressen. Zucchini waschen und länglich in sehr dünne Scheiben schneiden. Papaya schälen und Fruchtfleisch in feine Streifen schneiden. Aus Sojasauce, Reises-

sig, 1 EL Limettensaft, Sriracha-Sauce und Honig ein Dressing mischen.

Koriander hacken. Sesam und gehackten Koriander unter das Dressing mischen und über die Zucchini gießen. Vorsichtig umrühren, sodass die Zucchini das Dressing aufsaugt. Kurz vor dem Servieren die Papaya untermischen.

Für die Limetten-Mayonnaise:

Limette heiß abspülen, die Schale abreiben, dann halbieren und den Saft auspressen. Ei, Senf, Zucker, Salz und 1,5 EL Limettensaft in ein hohes Gefäß geben. Das Öl hineingeben und mit einem Stabmixer die Mayonnaise hochziehen. Dabei den Stab mindestens 15 Sekunden lang unten am Gefäß-Boden halten, bis das Gemisch anfängt zu emulgieren, dann vorsichtig den Stabmixer hochziehen bis die Mayonnaise anfängt dickflüssig zu werden. Mit Limettenabrieb verfeinern und abschmecken.

Für den Teriyaki-Dip:

Knoblauch abziehen, Ingwer schälen und beides mit Rapsöl und Sesamöl andünsten. Zucker hinzufügen, leicht karamellisieren lassen und mit Mirin und Sake ablöschen. Sojasauce hinzufügen und aufkochen. Bei mittlerer Hitze köcheln und reduzieren lassen. Wenn die Sauce anfängt etwas dickflüssiger zu werden vom Kochfeld nehmen und Sesam untermischen.

Je nach Geschmack 4-5 EL von der abgekühlten Sauce mit Crème fraîche mischen.

Für die Garnitur:

Gericht mit Limette und Zucchiniblüte garnieren.

Tarkan Benni Özgöz am 19. Juni 2023