

# Hähnchen, Gemüse, Curry-Maisküchle, Radicchio-Salat

## Für zwei Personen

### Für die Hähnchen-Sticks:

2 ausgelöste Hähnchenkeulen	300 g Cornflakes, ungesüßt	1 Ei
1 EL Mehl	Knoblauchpulver	Paprikapulver
Garam Masala	Pflanzenöl	Salz, Pfeffer

### Für die Maisküchle:

400 g Dosenmais	2 Knoblauchzehen	1 Ei
2 TL mildes Currypulver	2 TL Mehl	Pflanzenö, Salz, Pfeffer

### Für das Gemüse:

1 Zucchini	$\frac{1}{2}$ Aubergine	1 rote Spitzpaprika
1 Möhre	4 große Rispentomaten	150 g Staudensellerie
1 kleiner Rettich	6 EL passierte Tomaten	1 Zwiebel
1 EL Sahne	1 EL Tomatenmark	4 cl trockener Rotwein
2 EL Wermut	$\frac{1}{2}$ Bund Liebstöckel	gemahlener Kreuzkümmel
edelsüßes Paprikapulver	Garam Masala	mildes Currypulver
Kräuter der Provence	4 EL natives Olivenöl	Salz, Pfeffer

### Für den Salat:

$\frac{1}{2}$ Kopf Radicchio	10 grüne Weintrauben	3 Frühlingszwiebeln
1 Limette, Saft	2 EL Tomatenöl	1-2 TL Balsamicocreme
$\frac{1}{2}$ TL Koriandersamen	Salz	

### Für den Kräuter-Joghurt:

1 kleine Knoblauchzehe	$\frac{1}{2}$ Zitrone, Saft	6 EL griech. Joghurt
1 EL Crème-fraîche	2 TL mittelscharfer Senf	$\frac{1}{2}$ Bund Minze
$\frac{1}{2}$ Bund Melisse	2 Safranfäden	1 EL ganze Hanfsamen
Salz	Pfeffer	

### Für die Garnitur:

1 grüne Shiso-Kresse

### Für die Hähnchen-Sticks:

Das Hähnchenfleisch in kleine, längliche Stücke schneiden. Fleisch mit Salz, Pfeffer und den restlichen Gewürzen würzen. Öl in einer Pfanne erhitzen und das gewürzte Fleisch kurz ringsherum braten. Vom Herd nehmen und auskühlen lassen.

Cornflakes zerstoßen. Eine Panierstraße aus Mehl, Ei und Cornflakes aufstellen. Die angebratenen Hähnchenstücke zunächst in Mehl, dann in Ei und abschließend in den Cornflakes wenden. Nochmals in Öl ausbraten bis sie knusprig sind.

### Für die Maisküchle:

Mais abgießen und gut abtropfen lassen. Knoblauch abziehen und durch eine Knoblauchpresse drücken. Mais, Knoblauch, Ei, Currypulver und Mehl miteinander vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen. Mit Hilfe eines Esslöffels die Maisküchlein formen und in das heiße Fett gleiten lassen. Anschließend goldbraun ausbacken und dabei einmal wenden.

### Für das Gemüse:

Zwiebel abziehen und grob würfeln. Restliches Gemüse waschen, nach Belieben schälen und in kleine Würfel schneiden. Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen. Gemüse hinzugeben und anbraten. Passierte Tomaten und Tomatenmark hinzugeben und mit Rotwein ablöschen. Mit Salz, Pfeffer und Gewürzen würzen. Das Ganze einige Minuten köcheln lassen. Dann  $\frac{2}{3}$  der Sauce

abnehmen und pürieren. Liebstöckel waschen, trockenwedeln und fein schneiden. Pürierte Sauce wieder in die Pfanne geben und vermengen. Sauce mit Wermut und Sahne verfeinern.

**Für den Salat:**

Radicchio waschen, trockenschleudern und in feine Streifen schneiden.

Trauben waschen, trockentupfen und halbieren. Frühlingszwiebeln putzen und klein schneiden. Tomatenöl mit Saft einer Limette und Balsamicocreame vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Weintrauben, Frühlingszwiebeln und Radicchio vermengen und mit dem Dressing marinieren. Koriandersamen in einer Pfanne ohne Fett rösten und zum Salat geben.

**Für den Kräuter-Joghurt:**

Joghurt, Senf und Crème fraîche miteinander vermengen. Knoblauch abziehen und mit Salz zerdrücken. Kräuter waschen, trockenwedeln und fein schneiden. Kräuter, Safran, Knoblauch und Joghurt-Crème-fraîche-Mischung verrühren und mit Saft einer halben Zitrone, Salz und Pfeffer abschmecken. Hanfsamen in einer Pfanne ohne Fett rösten und damit den Joghurt toppen.

**Für die Garnitur:**

Gericht mit Kresse garnieren.

Andreas Glaner am 29. April 2024