

Maishähnchen-Brust im Popcorn-Cornflakes-Mantel, Mais

Für zwei Personen

Für die Maishähnchenbrust:

4 Maishähnchenbrüste	100 g Popcornmais	100 g ungesüßte Cornflakes
2 Eier	100 g Mehl	Öl, Salz, Pfeffer

Für die Mais-Blini:

200 g Maiskörner	2 Eier	100 g Mehl
1 TL Backpulver	Öl	Salz, Pfeffer

Für den Mini-Mais:

8 frische Mini-Maiskolben	1 EL Butter	Salz
---------------------------	-------------	------

Für die Gremolata:

1 Bund glatte Petersilie	1 Knoblauchzehe	1 Zitrone, Schale
2 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer	

Für die Maishähnchenbrust:

Den Popcornmais in einen Topf geben und Popcorn herstellen. Fertiges Popcorn salzen, dann zerkleinern.

Maishähnchenbrüste schneiden, plattieren und mit Salz und Pfeffer würzen. Mehl in einen Teller geben, die Eier in einem anderen Teller verquirlen und das zerkleinerte Popcorn mit Cornflakes in einen dritten Teller geben.

Hähnchenbrüste zuerst im Mehl, dann im Ei und schließlich im Popcorn-Cornflakes-Mischung wenden, sodass sie vollständig bedeckt sind.

Öl in einer Pfanne erhitzen und die Hähnchenbrüste darin bei mittlerer Hitze von beiden Seiten goldbraun braten, bis sie durchgegart sind.

Für die Mais-Blini:

Maiskörner abtropfen lassen und mit den Eiern, Mehl und Backpulver in einem Mixer pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Eine Pfanne mit etwas Öl erhitzen und kleine Portionen des Teigs hineingeben, sodass kleine Pfannkuchen (Blini) entstehen. Diese von beiden Seiten goldbraun backen.

Für den Mini-Mais:

Mini-Maiskolben in kochendem und gesalzenem Wasser etwa 5 Minuten garen. Herausnehmen und in einer Pfanne mit geschmolzener Butter schwenken. Mit Salz abschmecken.

Für die Gremolata:

Zitronenschale abreiben. Knoblauch abziehen und feinhacken. Petersilie abrausen, feinhacken und mit Knoblauch und Zitronenschale in einer Schüssel mischen. Olivenöl unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Patrick Decker am 10. September 2024