

Backendl-Praline mit Mango-Senf-Soße

Für zwei Personen

Für die Backendl-Praline:

2 Hähnchenbrustfilets à 120 g	1 Ei	2 TL Sojasauce
3 EL Sweet Chili Sauce	8 EL Pankomehl	2 EL Paniermehl
4 EL Mehl	Öl	Salz, Pfeffer

Für die Mango-Senf-Sauce:

1 frische reife Mango	1 Orange	50 g naturtrüber Apfelessig
2 EL scharfer Senf	2 EL Honig	1 TL Chili-Öl
1 TL Salz		

Für die Backendl-Praline:

Hähnchenbrustfilets unter fließendem kaltem Wasser waschen, mit Küchenpapier trockentupfen und fein hacken. Fleisch in einer Schüssel mit Sojasauce, Sweet Chili Sauce, Paniermehl, Salz und Pfeffer mischen.

Aus der Masse mit angefeuchteten Händen tischtennisballgroße Kugeln formen.

Ei verquirlen, Mehl und Pankobrösel jeweils auf einen tiefen Teller geben.

Hähnchenkugeln erst im Mehl wenden, dann durch das verquirlte Ei ziehen und abschließend im Panko-Mix wälzen.

Öl in einer Fritteuse auf 160 Grad erhitzen und die Backendlpralinen darin 45 Minuten goldbraun ausbacken. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für die Mango-Senf-Sauce:

Orange halbieren und den Saft auspressen. Mango schälen, Fruchtfleisch vom Stein schneiden und zerkleinern. Mit einem Stabmixer fein pürieren, dann mit Apfelessig, Senf, Honig, Chili-Öl, Orangensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Michael Zschiesche am 12. Januar 2021