

Hähnchen-Brust in einer Parmesan-Harissa-Hülle

Für 4 Personen

Hähnchenbrust:

80 g Parmesan	90 g Mehl, doppelgriffig	20 g Toastbrotbrösel
1 – 2 EL Harissa (Gewürzpaste)	4 Eier	
4 Hühnerbrüste, ohne Haut	5 EL Butter, braun	

Chilisalz, mild

Peperonispinat:

500 g Wurzelspinat	1 Peperoni, rot	1 Peperoni, grün
1 EL Öl	150 ml Gemüsebrühe	1 Scheibe Ingwer
1 Scheibe Knoblauch	1 Stange Zimt	1 EL Butter, braun
Chili, mild (gemahlen)	Muskatnuss	Salz

Hähnchenbrust in der Parmesan-Harissa-Hülle:

Parmesan fein reiben und mit zehn Gramm Mehl und Toastbrotbröseln vermischen. Harissa und Eier hinein rühren. Die Hähnchenbrust schräg in vier bis fünf Scheiben schneiden und mit Chilisalz würzen. Zuerst im restlichen Mehl, dann in der Parmesanmasse wenden und in einer Pfanne bei milder Hitze in der braunen Butter von beiden Seiten sanft bräunen. Auf Küchenpapier abtropfen lassen. (Die Panade bräunt sehr leicht, deshalb ist es wichtig, die panierten Hähnchenscheiben besonders schonend bei milder Hitze zu braten.)

Peperonispinat:

Die Spinatblätter von den Stielen zupfen, gründlich waschen und abtropfen lassen. Die Peperoni entstrunken, entkernen und in einen Zentimeter breite Stücke schneiden. In Öl anschwitzen, mit der Brühe aufgießen und etwa fünf Minuten weich dünsten. Die Spinatblätter hinzufügen. Knoblauch, Ingwer und brauner Butter hinein geben und mit Salz, Chili, Zimtabrieb und Muskatnuss würzen.

Alfons Schuhbeck am 16. Oktober 2009