

Hähnchenbrust-Frikadellen

Für 5 Portionen

3 Hähnchenbrust-Filets	1 kleine Zwiebel	1 Ei
1 Scheibe Toastbrot	Currypulver	Paprikapulver
Petersilie, gehackt	Schnittlauch, gehackt	1 TL Salz
10 g Butter	Kräuterbutter	1 EL Öl

Die Hähnchenfilets (ohne Haut) und die Zwiebel durch einen Fleischwolf drehen.

Die Toastscheibe in Wasser einweichen, gut ausdrücken, Gewürze, Kräuter, Ei, Salz, Butter hinzufügen und mit dem Fleisch sehr gut verkneten. Evtl. nachwürzen.

In einer Pfanne das Öl erhitzen.

Mit feuchten Händen Frikadellen formen, ein Stückchen Kräuterbutter hineindrücken und beidseitig 1-2 Minuten scharf anbraten.

Die Hitze reduzieren, 1-2 EL Wasser in die Pfanne geben, die Frikadellen bei geschlossenem Deckel von jeder Seite 5 Minuten schmoren lassen.

Mit Kartoffelstampf und Salat servieren.

NN am 27. Mai 2025