

Hähnchenkeulen in Mandelkruste und Salsa

Kategorien: Fleischgerichte, Geflügelgerichte, Pfannengerichte, Schmorgerichte

Land / Stil: k.A. / k.A.

Bewertung: (noch nicht bewertet)



Zutaten

4 Hähnchenkeulen à ca. 200 g

75 g Bröseln

50 g Mandelblättchen

2 Eier (Größe M)

Salz

Pfeffer

einige Stiele Petersilie

500 g Paradeiser

1 Zwiebel

200 g Langkornreis

150 g Tiefkühl-Erbsen

Öl zum Frittieren (etwa 1 L)

Zubereitung

Backofen vorheizen (E-Herd: 175°C, Umluft: 150°C, Gasherd: Stufe 2)

Hähnchenkeulen waschen und trocken tupfen.

Brösel und Mandelblättechn vermischen.

Eier in einem tiefen Teller verquirln und mit Salz und Pfeffer würzen.

Petersilie waschen und trocken tupfen.

Hähnchenkeulen erst in Ei, dann in Bröseln wenden.

Öl in einem großen Topf erhitzen.

Keulen darin etwa 5 Minuten frittieren.

Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Auf ein Backblech legen.

Im vorgeheiztem Backofen 30 - 40 Minuten backen.

Petersilienblätter kurz in heißem Öl frittieren, herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Paradeiser waschen, putzen, vierteln und entkernen.

Fruchtfleisch in feine Würfel schneiden.

Zwiebel schälen und fein würfeln.

Paradeiser und Zwiebel mischen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Reis in kochendem Salzwasser nach Packungsanweisung kochen.

Erbsen 3 Minuten vor Ende zugeben und mitkochen lassen.

Reis abgießen und abtropfen.

Mit Hühnerkeulen und Salsa anrichten.

Pfeffer darüberstreuen und mit frittierter Petersilie garnieren.