

Knusprige Chicken Nuggets selber machen



Zutaten für 4 Portionen:

500 g Hähnchenbrustfilet(s) (natur, nicht gewürzt)

5 Tasse/n Cornflakes, ungesüßt!

2 Ei(er)

Salz und Pfeffer

1 TL Paprikapulver, edelsüß

2 Tasse/n Mehl

Öl

Als erstes muss die Panade vorbereitet werden. Dazu gibt Ihr die ungesüßten Cornflakes in einen Gefrierbeutel und zerkleinert sie mit einem Nudelholz. Die Cornflakes sind später für die super knusprige Kruste verantwortlich. Damit die Panade später auch am Fleisch haften bleibt, werden die Eier mit dem edelsüßen Paprikapulver, Salz und Pfeffer verquirlt.

Danach geht es erst mal mit der Hähnchenbrust weiter. Sie wird in mundgerechte Stückchen zerteilt und anschließen im Mehl gewälzt und das überschüssige Mehl abgeklopft.

Im nächsten Schritt kommen die Fleischstückchen in die Eimasse und anschließend in die Cornflakes-Panade.

Zum Schluss werden die panierten Chicken Nuggets in ausreichend Pflanzenöl rundum goldbraun in der Pfanne gebraten. Sie brauchen von jeder Seite ca. 2 - 3 Minuten und dann sind sie auch schon fertig.

Am besten schmecken sie mit einem frischen Salat und können warm oder kalt gegessen werden.

(von Chefkoch.de, Verfasser: amerikanisch-kochenDE)