

CHICKEN NUGGETS MIT ZWEI SCHARFEN DIPPS

CHICKEN NUGGETS MIT ZWEI SCHARFEN DIPPS

Nuggets sind das ultimative schnelle Hähnchen. Wenn man dann auch noch sicher ist, dass sich ein richtiges Hähnchenbrustfilet im Teigmantel versteckt umso besser. Wir lieben sie als Fingerfood zum Fußball - egal ob beim Public Viewing oder gemütlich zuhause vorm Fernseher. Damit für jeden etwas dabei ist gibt es dazu eine fruchtige Mango-Sauce und eine scharfe rote Sauce.



Zutaten für 2 Personen:

4 Hähnchenbrustfilets (je 100g)

100g Schlagsahne oder Buttermilch

1 Tasse Mehl

1 TL Chilipulver

1 TL Paprikapulver edelsüß

1 TL Salz

2 Tassen Paniermehl

700ml Sonnenblumenöl

Für die scharfe rote Sauce:

3-4 EL Ketchup

2 gegrillte, eingelegte Paprika

½ TL Cumin

1 TL Paprikapulver scharf

Für die Mangosauce:

½ Mango

½ kleine, scharfe Chili

1 TL gehackter Koriander

1 TL Sojasauce

1 TL süß-scharfe Chilisauce

Optional:

¼ Zitrone, in Spalten geschnitten

Zubereitung:

Zuerst müssen die Hähnchenbrustfilets gewaschen und trocken getupft werden. In fingerdicke Scheiben schneiden. Für die Panierstraße drei Teller vorbereiten, einen mit dem Mix aus Mehl, Chilipulver, Paprikapulver und Salz, einen mit der Sahne und den letzten mit dem Paniermehl.

Die Hähnchenteile zuerst im Mehl wälzen, dann durch die Sahne ziehen und wieder ins Mehl legen.

Wenn alle Teile so weit sind geht es schnell noch einmal durch die Sahne und direkt ins Paniermehl. Dort dürfen die Nuggets kurz ruhen während sich das Öl erhitzt.

Sobald das Öl heiß ist können die Nuggets vorsichtig mit der Zange in die Pfanne gelegt werden. Es muss etwas sprudeln, sonst ist das Öl nicht heiß genug und die Panade löst sich ab. Die Nuggets gelegentlich wenden und aufpassen, dass sie nicht zu braun werden.

Jetzt geht es an die Sauce. Die halbe Mango vom Kern schneiden und aus der Schale lösen. In Stücken schneiden und in einen passenden Behälter für den Stabmixer geben. Die Chili in dünne Ringe schneiden und den Koriander grob hacken. Etwas Sojasauce und etwas süß-scharfe Chilisaucen dazu geben und mit dem Stabmixer zu einem feinen Dip pürieren.

Die rote Sauce ist genauso schnell gemacht, den Ketchup zusammen mit den zwei gerösteten und eingelegten Paprika in einen passenden Becher für den Stabmixer geben. Mit Cumin und Paprikapulver würzen und zu einer glatten Sauce mixen.

Die Nuggets kurz auf etwas Küchenpapier abtropfen lassen und mit frisch aufgeschnittenen Zitronenspalten anrichten. Die zwei Saucen in Schälchen geben und alles zusammen auf den Tisch stellen.

Greift zu!