Rezept

Backhendl à la Johann Lafer

Ein Rezept von Backhendl à la Johann Lafer, am 29.04.2024

Zutaten

2	Brathähnchen (à ca. 1100 g)
	Salz
80-100 g	Mehl
	Pfeffer
2	Häupterlsalat (Kopfsalat)
1 EL	Weißweinessig
2	Zitronen
3	Eier
	Cayennepfeffer
150 g	Semmelbrösel
	Sonnenblumenöl zum Beträufeln
2-3 EL	saure Sahne
3 EL	Rapsöl

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min

Zubereitung

1. Die Hähnchen außen und innen abspülen und abtrocknen und in insgesamt 8 Stücke zerteilen: Brüste herausschneiden und jeweils halbieren, Keulen abtrennen und halbieren. Nach Belieben die Haut entfernen. Den Backofen auf 220 °C vorheizen.

2. Die Eier verquirlen. Die Hendlstücke mit Salz und Cayennepfeffer kräftig würzen, in Mehl wenden, durch die verquirlten Eier ziehen und in Semmelbröseln wenden.

3. Die panierten Hendlstücke auf ein Backblech legen, mit Öl beträufeln und im heißen Backofen ca. 30 Minuten backen. Dabei einmal umdrehen.

4. Inzwischen den Salat putzen, waschen und trocken schleudern. In mundgerechte Stücke teilen. Saure Sahne mit Essig und Öl verquirlen, den Salat locker untermischen und mit Salz und Pfeffer würzen.

5. Die Zitronen in Spalten schneiden. Die Backhendlstücke auf Küchenpapier abtropfen lassen, auf Tellern anrichten und mit Zitronenspalten garnieren.