Rezept

Erdnuss-Hähnchen-Nuggets

Ein Rezept von Erdnuss-Hähnchen-Nuggets, am 29.04.2024

Zutaten

600 g	Hähnchenbrustfilet
	Pfeffer
60 g	geröstete, gesalzene Erdnüsse
	1/4 TL edelsüßes Paprikapulver
	Salz
120 g	Cornflakes
2	Eier
6 EL	Mehl

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 6-8 Kinder | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 220 kcal

Zubereitung

1. Das Hähnchenfleisch in ca. 5 cm große Stücke oder in ca. 7 cm lange Streifen schneiden, salzen und pfeffern. Erst die Cornflakes, dann die Erdnüsse im Blitzhacker grob zerkleinern, dann miteinander in einem tiefen Teller mischen. In einem zweiten tiefen Teller die Eier verquirlen und mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen. Das Mehl ebenfalls in einen tiefen Teller geben.

2. Den Backofen auf 200° vorheizen, ein Backblech mit Backpapier auslegen. Die Hähnchenstücke oder -streifen erst in Mehl wenden und überschüssiges Mehl leicht abklopfen. Dann durch das Ei ziehen und zuletzt in den Bröseln wenden, diese leicht festdrücken. Nuggets mit etwas Abstand auf das Blech legen. Im Ofen (Mitte, Umluft 180°) in 20 Min. goldbraun backen, dabei nach 10 Min. wenden. Heiß mit Ketchup zum Dippen servieren.