Rezept

Hähnchen mit Tortillaecken und Tomatillosauce

Ein Rezept von Hähnchen mit Tortillaecken und Tomatillosauce, am 25.05.2025

Zutaten

Für das Fleisch

- **1** Zwiebel
- **300 g** Hähnchenbrustfilets
- **1** Knoblauchzehe
- **1 EL** Salz

Für die Sauce

- **5** Jalapeño-Chilischoten
- **½** Zwiebel
- **1 EL** Öl
- **1 TL** Salz
- **800 g** Tomatillos (ersatzweise aus der Dose; mex. Laden oder online)
- **1** Knoblauchzehe
- **1 EL** getrockneter Epazote (mex. Bohnenkraut; mex. Laden oder online)

Außerdem

- **16** Mais-Tortillas (ca. 15 cm Ø; mex. Laden oder online)
- **100 g** Feta-Schafskäse
- **250 g** saure Sahne
- **200 ml** Öl zum Frittieren
- **½** Zwiebel
- **2 Stängel** Koriandergrün

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 825 kcal, 27 g F, 36 g EW, 86 g KH

Zubereitung

1. Für das Fleisch Zwiebel und Knoblauch schälen. Die Zwiebel halbieren, den Knoblauch grob würfeln. Zwiebel, Knoblauch, Hähnchenfilets und Salz in einem Topf mit 500 ml Wasser bedeckt zum Kochen bringen. Das Fleisch in ca. 30 Min. weich köcheln lassen. Herausnehmen, etwas abkühlen lassen und mit zwei Gabeln oder den Fingern zerzupfen. Die Hühnerbrühe beiseitestellen.

2. Inzwischen für die Sauce die Chilischoten waschen, halbieren, weiße Trennwände und Kerne entfernen. Tomatillos waschen und mit den Chilis in kochendes Wasser geben, beides in 10 Min. weich köcheln. Herausnehmen und die Stielansätze der Tomatillos entfernen. (Tomatillos aus der Dose müssen nicht gekocht werden.)

3. Zwiebel und Knoblauch schälen. Beides mit Chilis und Tomatillos im Blitzhacker oder in einem hohen Rührbecher mit dem Pürierstab fein mixen.

4. In einer Pfanne das Öl erhitzen. Tomatillosauce, Epazote und Salz darin 5 Min. köcheln lassen. 250 ml Hühnerbrühe angießen und alles zugedeckt weitere 10 Min. köcheln lassen. Falls die Sauce zu dickflüssig wird, noch etwas Brühe hinzufügen.

5. Die Tortillas jeweils in sechs Tortenstücke schneiden. In einer großen Pfanne ca. 1 cm hoch Öl stark erhitzen. Die Tortilla-Dreiecke darin portionsweise unter ständigem Rühren in 2-3 Min. knusprig frittieren. Die Tortilla-Chips herausheben und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

6. Die ½ Zwiebel klein würfeln. Den Feta zerbröseln. Den Koriander waschen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und nach Belieben hacken oder ganz lassen.

7. Die Tortilla-Chips auf Teller verteilen, die Tomatillosauce darübergießen und die saure Sahne in Klecksen daraufgeben. Hähnchenfleisch, Zwiebelwürfel, Feta und Koriander darüberstreuen und sofort servieren.