

Rezept

Hähnchenbrust mit Nusskruste

Ein Rezept von Hähnchenbrust mit Nusskruste, am 26.04.2024

Zutaten

1 Hähnchenbrustfilet (ca. 150 g)	Salz
Pfeffer	3 EL Mehl
1 Ei	2 EL Milch
5 EL gemahlene Haselnüsse	2 Msp. Chilipulver
⅓ TL Kräuter der Provence	1 EL Butterschmalz (oder Öl)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Person | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 690 kcal

Zubereitung

1. Das Hähnchenbrustfilet mit der Hand platt drücken, beidseitig salzen und pfeffern. Das Mehl auf einen Teller geben. Ei und Milch in einem tiefen Teller verquirlen. Die Nüsse in einem dritten Teller mit Chilipulver und Kräutern mischen.

2. Butterschmalz in einer kleinen Pfanne erhitzen. Das Hähnchenbrustfilet erst in Mehl wenden, Mehl leicht abklopfen, dann durch das Ei ziehen und in den Nüssen wenden, dabei die Nüsse fest andrücken. Im heißen Fett bei mittlerer Hitze pro Seite in jeweils 3-4 Min. goldgelb braten.