

Rezept

Hähnchentempura mit Früchten

Ein Rezept von Hähnchentempura mit Früchten, am 15.10.2024

Zutaten

1 Dose Ananas (Abtropfgewicht 260 g)	1 Dose Aprikosenhälften (Abtropfgewicht 240 g)
2 Msp. Pul Biber (türkischer Plättchenpaprika; ersatzweise 1/2 TL Cayennepfeffer)	1 TL gemahlener Ingwer
Salz	600 g Hähnchenbrustfilet
120 g Mehl	Pfeffer
1 Msp. Backpulver	2 EL Speisestärke
100 ml trockener Weißwein	1 Eigelb
	1 l Öl

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 680 kcal

Zubereitung

1. Ananas und Aprikosen abtropfen lassen und sehr gut abtrocknen. Die Ananas mit 1 Msp. Pul Biber, die Aprikosen mit Ingwer mischen.
2. Das Hähnchenfleisch waschen und trocken tupfen. Fett und Sehnen entfernen. Fleisch in 2 × 2 cm große Würfel schneiden und mit 1 Msp. Pul Biber, Salz und Pfeffer würzen.
3. Mehl mit Speisestärke, Backpulver, Eigelb, Wein und 100 ml kaltem Wasser verrühren.
4. Öl im Fonduetopf auf dem Herd erhitzen. Auf das Rechaud stellen und heiß halten. Das Fleisch salzen und pfeffern. Fleisch und Obst auf die Fonduegabeln spießen, in den Teig tauchen und im Öl knusprig ausbacken.