Panierte Hendlhaxerl mit Gurken-Maissalat

Dauer: Mittel

Kategorie: Isst-Gut-Rezept Hauptspeisen

Saison: Ganzjährig

Für: 4 Personen

Verfasst von: Salzburg schmeckt

Zutaten

Hendlhaxerl

8	Hühnerkeulen
	Salz
200 G	Mehl
3	Eier
300 G	Semmelbrösel
	Butterschmalz zum Ausbacken

Gurken-Maissalat

1/2	Gurke
300 G	Mais
	gemahlener Pfeffer
6 EL	Apfelessig
9 EL	Rapsöl
	frische Kräuter
	Salz

Zubereitung

Hendlhaxerl

1. Hühnerkeulen waschen und die Haut abziehen.
2. Die Keulen salzen.
3. Panierstation vorbereiten: Mehl, versprudelte Eier (etwas salzen), Semmelbrösel und die Hühnerkeulen panieren.
4. Butterschmalz erhitzen und die Hühnerkeulen darin langsam (bei mittlerer Hitze – so bleibt das Fleisch auch schön saftig!) braun backen .

   Die Keulen sollten mindestens bis zur Hälfte im Butterschmalz liegen!

Gurken-Maissalat

1. Gurke waschen, längs halbieren, Kerne auslösen und kleinwürfelig schneiden.
2. Den Mais abschwemmen.
3. Gurke und Mais mit Salz, Pfeffer, Apfelessig und Rapsöl abschmecken.
4. Frische Kräuter schneiden und untermengen.

Isst-Gut-Rezept, Bratl-Tag

Tipp von Diätologin Maria Anna Benedikt: Es darf auch einmal etwas Paniertes sein!

Meistens bleibt nach dem Panieren etwas von den Eiern und den Bröseln übrig – beides zu einer Masse vermengen und daraus im heißen Fett kleine Laibchen backen. Die Panierlaibchen schmecken einfach wunderbar (auch kalt)!