



Southern Fried Chicken & Waffeln

Tennessee-Style mit pikanten Pickles



ca. 50min



3-4 Personen

Dieses Gericht hat seinen Ursprung in den amerikanischen Südstaaten und wird auf Vorläufer in der schottischen und westafrikanischen Küche zurückgeführt. Das schottische Brathähnchen wurde bereits in Fett gebraten, während die westafrikanische Version verschiedene Gewürze und rotes Palmöl verwendete. Heute servierst du die köstlichen Hähnchenstücke mit feinen Waffeln, einem Rucolasalat und pikanten Pickles.

Was du von uns bekommst

- 6 Hähnchenschenkel filets
- 450g Weizenmehl ¹
- 2 Päckchen Cajun-Gewürzmischung
- 20g Schnittlauch
- 2 rote Zwiebeln
- 1 große Gurke
- 2 Jalapeño-Chilischoten
- 1 Päckchen Backpulver
- 150g geriebener Cheddar ⁷
- 200g Rucola
- 4 Päckchen Ahornsirup

Was du zu Hause benötigst

- 2 Eier ³
- 500ml Milch ⁷
- 255ml Essig
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl

Küchenutensilien

- Waffeleisen
- Backrost
- mittelgroßer Topf
- große Pfanne
- Küchenwaage
- Messbecher
- Sieb

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Kochtipp

Wenn Kinder mitessen, die Chilischote ggf. getrennt vom übrigen Gemüse einlegen. Wer es schärfer mag, kann den Ahornsirup nach Belieben mit einer Chilisauce nach Wahl verfeinern.

Allergene

Gluten (1), Eier (3), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen



1. Fleisch vorbereiten

200ml Milch, 2EL hellen Essig und 2TL Salz in einem tiefen Teller vermengen. Das **Fleisch** trocken tupfen und in die **Marinade** legen, dabei mehrfach wenden. Die **Gewürzmischung** mit **150g Mehl** vermengen. Den **Schnittlauch** fein schneiden.



4. Waffeln backen

Aus dem **Teig** unter Berücksichtigung der Bedienungsanleitung des Waffeleisens goldbraune **Waffeln** backen. **Tipp:** Wer kein Waffeleisen hat, kann den **Teig** auch für Pfannkuchen verwenden. Eine große Pfanne ca. 2cm hoch mit Pflanzenöl befüllen und bei mittlerer Hitze auf ca. 190°C erwärmen. Das Öl ist heiß genug, sobald sich kleine Bläschen bilden, wenn man einen Holzspieß hineinhält.

Verzichte auf gedruckte Rezepte – ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**



2. Gemüse einlegen

Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Die **Gurke** und die **Chilischoten** in dünne Scheiben schneiden. 200ml Wasser, 200ml Essig, 1EL Zucker und 1EL Salz in einem mittelgroßen Topf zum Kochen bringen. Vom Herd nehmen, das **Gemüse** in den Topf geben und mit der Flüssigkeit bedecken, ggf. eine Lage Küchenkrepp darauflegen. Bis zum Servieren beiseitestellen.



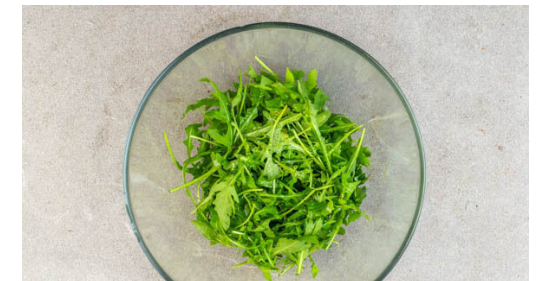
5. Fleisch ausbacken

Das **Fleisch** gut in dem **gewürzten Mehl** aus Schritt 1 wenden und portionsweise im heißen Öl von beiden Seiten in 5–6Min. goldbraun und knusprig ausbacken. Mit Salz würzen und auf einem Backrost oder Küchenkrepp abtropfen lassen. **Tipp:** Alternativ kann das **Fleisch** vor dem Backen der **Waffeln** gegart und im 100°C warmen Backofen warmgehalten werden.



3. Waffelteig zubereiten

Ein Waffeleisen vorheizen. In einem Messbecher 300ml Milch, 2TL hellen Essig, 1EL Pflanzenöl und 2 Eier verquirlen. In einer Schüssel das **restliche Mehl**, das **Backpulver**, 2TL Zucker und ½TL Salz vermengen. Die **Milch-Ei-Mischung** mit der **Mehlmischung** zu einem **Teig** verrühren. Den **Käse** und die **½ des Schnittlauchs** untermengen.



6. Salat zubereiten

Den **Rucola** mit 2EL Pflanzenöl und 1EL hellem Essig vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen. Das **eingelegte Gemüse** abgießen. Die **Waffeln** auf dem **Salat** anrichten, mit dem **Fleisch** und dem **Gemüse** belegen und mit dem **Ahornsirup** und dem **restlichen Schnittlauch** garniert servieren.