



RS Hähnchenschnitzel mit Kartoffelpüree

dazu Paprika und frischer Zuccinialat



ca. 30min



3-4 Personen

Schon beim Anblick dieses Gerichts läuft uns das Wasser im Mund zusammen: Ein Hähnchenschnitzel, außen knusprig paniert und innen schön zart, schmiegt sich auf unserem Teller an ein herzhaftes Kartoffelpüree, das mit zweierlei Paprika verfeinert wurde. Zweierlei? Klar - mit der frischen Variante und leckerem Paprikapulver, das dem Püree eine schöne Würze gibt. Und zu guter Letzt: unser köstlich-knackiger Mandel-Zuccinialat.

Was du von uns bekommst

- 1kg mehligkochende Kartoffeln
- 2 Paprika
- 1 Pck. edelsüßes Paprikapulver
- 2 Zucchini
- 50g Mandelblättchen ⁴
- 4 panierte Hähnchenschnitzel, vorgegart ^{1,2,3}
- 2 Knoblauchzehen

Was du zu Hause benötigst

- 100g Butter ³
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf mit Deckel
- großer Topf
- große Pfanne
- Sparschäler
- Messbecher
- Küchenwaage
- Sieb
- Kartoffelstampfer

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

Allergene

Eier (1), Gluten (2), Milch (3), Schalenfrüchte (4). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 909kcal, Fett 53.5g, Kohlenhydrate 76.7g, Eiweiß 28.7g



1. Kartoffeln kochen

In einem großen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Kartoffeln** zum Kochen bringen. Die **Kartoffeln** schälen und in 2-3cm große Würfel schneiden, dann in das kochende Wasser geben und in 15-20Min. gar kochen. In ein Sieb abgießen und zurück in den Topf geben.



4. Schnitzel garen

Die **Mandelblättchen** in einer großen Pfanne ohne Zugabe von Fett bei mittlerer Hitze 1-2Min. leicht braun rösten, dann aus der Pfanne nehmen. Die **Schnitzel** in derselben Pfanne mit 2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze von jeder Seite 2-3Min. erhitzen, dann in 1-2cm breite Streifen schneiden.



2. Paprika garen

Die **Paprika** jeweils vierteln, entkernen und in ca. 1cm breite Streifen schneiden. 2 Knoblauchzehen schälen und in feine Scheibchen schneiden. Beides in einem mittelgroßen Topf mit 100g Butter und ½TL Salz bei niedriger Hitze abgedeckt ca. 13Min. garen lassen, dann das **Paprikapulver** zugeben und 2Min. weitergaren.



5. Fertigstellen & servieren

Die **Paprika** samt der Butter zu den **Kartoffeln** geben, zu einem **Püree** stampfen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Schnitzel** auf dem **Püree** anrichten und servieren, den **Zucchini-Salat** mit den **Mandelblättchen** garnieren und als Beilage servieren.



3. Zuccinisalat anmachen

2EL Olivenöl, 2EL Essig und je ½TL Salz und Pfeffer verrühren. Die **Zucchini** mit einem Sparschäler in lange Bänder schneiden, dabei die **Zucchini** nach jedem Schnitt um ein Viertel drehen. Das **Innere der Zucchini** in feine Scheiben schneiden. Die **Zucchini** mit dem Dressing vermengen.



6. Süß, oder nicht?

Das Püree aus diesem Gericht lässt sich auch hervorragend mit Süßkartoffeln anstelle von normalen Kartoffeln kochen. Der farbliche Unterschied zur Paprika ist dann nicht mehr so groß, aber die fein-süßliche Note der Süßkartoffeln passt sehr gut zum edelsüßen Paprikapulver.