



Knusprige Hähnchennuggets

mit Tomatensalsa und Kartoffelsalat



30-40min



3-4 Personen

Alle lieben knusprige Nuggets! Besonders saftig und aus zarter Hähnchenbrust mit einem frischen Kartoffel-Gurkensalat werden sie zum absoluten Lieblingsgericht. Eine würzige Tomaten-Chili-Salsa rundet alles ab. Also, schnappt euch den schönsten Nugget und lasst es euch schmecken!

Was du von uns bekommst

- 1kg mehligkochende Kartoffeln
- 2 Tomaten
- 1 rote Zwiebel
- 1 rote Peperoni
- 1 Gurke
- 1 Päckchen Gulaschgewürz
- 2 Packungen gewürfelte Hähnchenbrust
- 2 Packungen Semmelbrösel¹
- 2 Päckchen körniger Senf¹⁰

Was du zu Hause benötigst

- 4EL Tomatenketchup
- 6EL Weizenmehl¹
- Salz und schwarzer Pfeffer
- Honig oder Zucker
- Pflanzenöl
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- großer Topf
- große Pfanne
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Messbecher
- Sieb

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

Allergene

Gluten (1), Senf (10). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 839kcal, Fett 36.0g, Kohlenhydrate 85.5g, Eiweiß 40.8g



1. Kartoffeln kochen

In einem großen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Kartoffeln** zum Kochen bringen. Die **Kartoffeln samt Schale** je nach Größe längs halbieren oder vierteln. In das kochende Wasser geben und 15-20Min. kochen lassen, bis die **Kartoffeln** gar sind. Dann in ein Sieb abgießen und abkühlen lassen.



4. Nuggets vorbereiten

6EL Mehl und 80-90ml kaltes Wasser zu einem glatten, dickflüssigen **Teig** verrühren und mit 1 kräftigen Prise Salz würzen. Das **Fleisch** trocken tupfen und erst in den **Teig** eintauchen, dann in den **Semmelbröseln** wenden, bis es rundum gut bedeckt ist.



2. Gemüse schneiden

Die **Tomaten** grob würfeln. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Würfel schneiden. Die **Peperoni** längs halbieren, ggf. für weniger Schärfe entkernen und fein würfeln. Die **Gurke** längs halbieren und quer in dünne Scheiben schneiden.



5. Nuggets braten

Eine große Pfanne ca. 1cm hoch mit Pflanzenöl befüllen und dieses auf mittlerer Stufe erhitzen. Die **Hähnchennuggets** im heißen Öl 4-5Min. von allen Seiten knusprig und goldbraun braten. Anschließend auf etwas Küchenkrepp abtropfen lassen und mit 1 Prise Salz würzen.



3. Salsa zubereiten

Die **Tomaten** mit **2TL Zwiebeln**, **4EL Ketchup**, dem **Gulaschgewürz** und **Peperoni nach Geschmack** in einem hohen Gefäß mit dem Stabmixer pürieren. Die **Salsa** mit **1EL Olivenöl** verfeinern und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



6. Salat fertigstellen

Die **Kartoffeln** in mundgerechte Stücke schneiden. **6EL Olivenöl**, **4EL Essig**, **2EL Wasser**, den **Senf**, **1EL Zucker** oder **Honig** sowie je **1/2TL Salz** und **Pfeffer** mit den **übrigen Zwiebeln** zu einem **Dressing** verrühren und mit den **Kartoffeln** und den **Gurken** vermengen, ggf. erneut abschmecken. Die **Hähnchennuggets** mit dem **Kartoffel-Gurken-Salat** und der **Tomatensalsa** servieren.