



## Knusprige Hähnchennuggets

mit Tomatensalsa und Kartoffelsalat



30-40min



2 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!



- 500g mehligkochende Kartoffeln
- 1 Tomate
- 1 rote Zwiebel
- 1 rote Peperoni
- 1 Minigurke
- 1 Päckchen Gulaschgewürz
- 1 Packung Semmelbrösel <sup>1</sup>
- 1 Packung gewürfelte Hähnchenbrust
- 1 Päckchen körniger Senf <sup>10</sup>

- 2EL Tomatenketchup
- 4EL Weizenmehl <sup>1</sup>
- Salz und schwarzer Pfeffer
- Honig oder Zucker
- Pflanzenöl
- Olivenöl
- Essig

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

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

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

Energie 1020kcal, Fett 51.5g,  
Kohlenhydrate 94.3g, Eiweiß 42.1g



In einem mittelgroßen 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.



4EL Mehl und 60-70ml kaltes Wasser zu einem glatten, dickflüssigen **Teig** verrühren und mit 1 Prise Salz würzen. Das **Fleisch** trocken tupfen und erst in den **Teig** eintauchen, dann in den **Semmelbröseln** wenden, bis es rundum gut bedeckt ist.



Die **Tomate** 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.



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.



Die **Tomaten** mit **1TL Zwiebeln**, 2EL Ketchup, **1-2TL 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.



Die **Kartoffeln** in mundgerechte Stücke schneiden. 3EL Olivenöl, je 2EL Essig und Wasser, den **Senf**, 1-2TL Zucker oder Honig und je 1 Prise 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.