



Bagel mit Hähnchenschnitzel

dazu Ofenkartoffeln, Blattsenfsalat und Dip

30-40min 2 Personen

Heute machen wir die Nacht zum Tage! ... Das Frühstück zum Abendessen? Egal, ein leckerer Bagel hat keine Bürozeiten, der ist immer für uns da. Und dieses Modell, das sich unser Koch Matthias ausgedacht hat, überzeugt auf ganzer Linie: Saftiges Hähnchen mit raffinierter Panko-Kürbiskern-Panade, mystisch anmutender Salat, currywürziger Mayodip, dazu krosse Ofenkartoffeln - welcher Bagel wäre da nicht gerne mit von der Partie?

Was du von uns bekommst

- 500g festkochende Kartoffeln
- 1 Päckchen Kürbiskerne
- 1 Lauchzwiebel
- 2 Päckchen Madras-Currypulver¹⁰
- 1 Becher Joghurt⁷
- 1 Packung Hähnchenbrustfilet
- 1 Packung Panko-Paniermehl¹
- 2 Bagels mit Sesam^{1,6,11}
- 1 Packung Roter Blattsenf¹⁰

Was du zu Hause benötigst

- 1 Ei³
- 1-2EL Mayonnaise³
- 2-3EL Weizenmehl¹
- Salz und schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- mittelgroße Pfanne
- Fleischklopfer
- Frischhaltefolie

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

Allergene

Gluten (1), Eier (3), Sojabohnen (6), Milch (7), Senf (10), Sesamsamen (11). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 1133kcal, Fett 48.3g, Kohlenhydrate 115.2g, Eiweiß 56.5g



1. Kartoffeln backen

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Kartoffeln** in ca. 1cm breite Spalten schneiden, mit 1EL Olivenöl und je 2 Prisen Salz und Pfeffer vermengen. Auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen und 20-25Min. im Ofen backen.



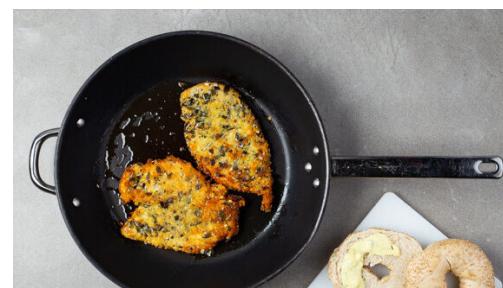
4. Fleisch panieren

Die **Schnitzel** zwischen Frischhaltefolie mit einem Fleischklopfer oder dem Boden einer schweren Pfanne flach klopfen. Die **Kürbiskerne** mit dem **Panko-Paniermehl** vermengen. 1 Ei auf einem tiefen Teller verquirlen. Die **Schnitzel** mit dem **übrigen Currypulver** sowie je 2 Prisen Salz und Pfeffer würzen und nacheinander in 2-3EL Mehl, dem Ei und dem **Kürbiskern-Panko-Mix** wenden.



2. Kürbiskerne hacken

Die **Kürbiskerne** grob hacken. Die **Lauchzwiebel** in feine Ringe schneiden.



5. Schnitzel braten

Die **Bagels** 4-5Min. im Ofen aufbacken. Die **Schnitzel** in einer mittelgroßen Pfanne mit 3EL Olivenöl bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 3-4Min. braten, bis die **Panade** goldgelb und knusprig ist. Die **Bagels** aufschneiden und beide Hälften mit dem **Dip** bestreichen.



3. Dip zubereiten

2/3 des Currypulvers mit dem **Joghurt**, den **Lauchzwiebeln** und 1-2EL Mayonnaise (oder mehr nach Geschmack) verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das **Fleisch** trocken tupfen und horizontal in **2 Schnitzel** schneiden.



6. Salat zubereiten

Den **Salat** mit 1EL Olivenöl, 1EL Essig und je 1 Prise Salz und Zucker vermengen. Die **unteren Bagelhälfte**n mit je **1 Schnitzel** und etwas **Salat** belegen. Mit den **oberen Bagelhälfte**n abdecken und die **Bagels** mit den **Ofenkartoffeln**, dem **übrigen Dip** und dem **restlichen Salat** servieren.