

Hähnchen-Brust mit Spitzkohl und Enoki-Pilzen

Für zwei Personen

Für die Hähnchenbrust:

1 Hähnchenbrustfilet	$\frac{1}{2}$ Zitrone	2 Eier
1 EL Sahne	50 g Butterschmalz	75 g Weizenmehl
100 g Panko	1 TL Meersalz	Öl

Für das Wok-Gemüse:

0,5 Spitzkohl	100 g WOK-Nudeln	2 cm Ingwer
1 Zwiebel	2 Knoblauchzehen	1 Chilischote
100 g Cashewkerne	25 g Butterschmalz	200 ml Gemüsefond
100 ml trockener Weißwein	1 TL Kreuzkümmel	1 TL Kümmel
1 EL brauner Rohrzucker	1 TL Fleur de Sel	Öl, Pfeffer

Für die Enoki-Pilze:

25 Enoki-Pilze	1 EL Butterschmalz	1 Msp. Meersalz
Pfeffer		

Für die Deko:

$\frac{1}{4}$ Bund Petersilie

Für die Hähnchenbrust:

Die Hähnchenbrust waschen, trocken abtupfen und in schmale Tranchen schneiden. Zitrone halbieren und auspressen. Eier und Sahne verquirlen.

Aus verquirltem Ei, Mehl und Pankomehl eine Panierstraße bereitstellen. Hähnchenbrust in Mehl, Ei und Panko wenden und in einer Pfanne mit Öl und Butterschmalz von beiden Seiten goldbraun ausbacken. Anschließend auf Küchenkrepp abtropfen und Zitronensaft darüber geben.

Für das Wok-Gemüse:

Spitzkohl vom Strunk befreien, halbieren und in Streifen schneiden.

Zwiebel abziehen und ebenfalls in Streifen schneiden. Cashewkerne in Öl und Butterschmalz anrösten und Spitzkohl, Zwiebeln, Kümmel, Kreuzkümmel und Rohrzucker dazugeben. Unter ständigem Rühren Spitzkohl und Zwiebeln karamellisieren, mit Weißwein und Fond ablöschen und Hitze reduzieren.

Ingwer schälen und reiben, Knoblauch abziehen und pressen. Ingwer und Knoblauch dazugeben. Mit Chili und Salz und Pfeffer würzen und für etwa 15 Minuten abgedeckt köcheln lassen.

Anschließend Wok-Nudeln unterheben, innerhalb von 5 Minuten immer wieder umrühren, damit diese nicht festkleben.

Für die Enoki-Pilze:

Die Enoki-Pilze putzen, in feine Streifen schneiden und in einer Pfanne mit Butterschmalz anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Deko:

Petersilie abbrausen, trockenwedeln, fein hacken und über das Gericht streuen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Dietmar Friton am 20. August 2018