

Glasnudel-Salat mit knusprigen Hühnchen-Streifen

Für zwei Personen

2 Hühnerbrust à 200 Gramm	200 g Glasnudeln	1 rote Paprika
1 gelbe Paprika	1 Karotte	1 Fenchelknolle
1 Limette	6 Zuckerschoten	1 Knoblauchzehe
1 Ei	1 Bund Koriander	1 Bund Thai-Basilikum
3 EL Teriyakisauce	2 EL Sesamöl	Pankomehl
Butterschmalz	Salz, Pfeffer	

Die Glasnudeln mit kochendem Wasser übergießen und fünf Minuten stehen lassen. Anschließend abgießen. Die Paprikaschoten und die Karotte schälen. Je ein Viertel der Paprikaschoten und die Karotte in kleine Würfel schneiden. Den Fenchel putzen und ein Viertel klein schneiden. Die Zuckerschoten ebenfalls klein schneiden. Die Fenchelwürfel, die Karotte, und die Zuckerschoten kurz blanchieren. Den Koriander und den Thai-Basilikum fein hacken. Den Knoblauch abziehen und klein schneiden. Die Hühnerbrust waschen, trocken tupfen und in fingerdicke Streifen schneiden. Das Ei auf einem Teller verquirlen. Bruststreifen erst in dem Ei und dann im Pankomehl wälzen. In heißem Butterschmalz knusprig braten. Nudeln mit dem Koriander, dem Thai-Basilikum und dem Gemüse vermischen. Den Knoblauch ebenfalls dazugeben. Etwas Schale von der Limette reiben und zu dem Salat geben. Den Limettensaft auspressen und ebenfalls dazugeben. Die Teriyakisauce und das Sesamöl ebenfalls dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den Glasnudelsalat auf einem Teller anrichten und die knusprigen Hähnchenstreifen dazugeben. Mit etwas Sesamöl garnieren und servieren.

Marie Nennstiel am 05. Februar 2013