

# Hähnchen-Schnitzel orientalisches, Dattel-Minz-Couscous

## Für zwei Personen

### Für die Schnitzel:

2 Hähnchenbrüste	1-2 Eier	1 TL Harissapaste
1 TL Ras el-Hanout	1 EL hellen Sesam	50 g Pankobrösel
100 g Mehl	Öl	

### Für die Auberginen-Creme:

1 Aubergine	$\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe	1 Ei
1 TL mittelscharfer Senf	200 ml Sonnenblumenöl	3 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	

### Für den Couscous:

100 g Couscous	3 getrock. Königs-Datteln	2 Orangen, Saft
30 g Mandeln, mit Schale	10 Blätter Minze	$\frac{1}{2}$ TL gemahl. Kreuzkümmel
5 EL Olivenöl	Salz	

### Für die Garnitur:

1 EL Granatapfelkerne	1 Frühlingszwiebel	1-2 Zweige Minze
Olivenöl		

### Für die Schnitzel:

Das Fleisch in der Mitte teilen und ein wenig plattieren. Jeweils Hälfte mit Harissapaste einreiben und die andere mit Ras el-Hanout.

Eine Panierstraße bereitstellen. Dafür das Mehl in einen Teller geben, das Ei in einem zweiten verquirlen und auf einem dritten Teller Pankobrösel und Sesam mischen.

Schnitzel dann erst im Mehl wenden und gut abklopfen, dann im Ei und zuletzt in der Panko-Sesam-Mischung.

Öl in einer Pfanne erhitzen und Schnitzel ausbraten bis sie goldbraun sind.

### Für die Auberginen-Creme:

Aubergine in Scheiben schneiden und mit dem Olivenöl bepinseln, dann in einer Pfanne braten bis sie weich sind.

Knoblauch abziehen. Knoblauch, Ei, senf und Salz in ein schmales Gefäß geben und mixen. Dann das Sonnenblumenöl langsam dazu geben bis eine feste Mayonnaise entstanden ist.

Das Innere der Auberginen auslösen, fein schneiden und mit 1-2 Esslöffel von der Mayonnaise vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

### Für den Couscous:

Orangen auspressen und Saft auffangen. 100 ml Wasser zum Kochen bringen. Couscous mit etwas Salz und Kreuzkümmel vermischen, dann mit dem Orangensaft und Wasser übergießen und zugedeckt quellen lassen.

Datteln und Minze klein schneiden.

Mandeln grob hacken und mit 1 Esslöffel Olivenöl anbraten.

Sobald der Couscous gar ist, alles vermischen und mit dem restlichen Olivenöl und Salz abschmecken.

### Für die Garnitur:

Frühlingszwiebel in Ringe schneiden und mit den Granatapfelkernen auf der Auberginen-Creme verteilen.

Minzblätter abzupfen und mit Olivenöl zu einem Öl mixen.

Christina Fink am 09. September 2024