

Backendl mit Erbsenreis, Preiselbeeren, Vogerl-Salat

Für zwei Personen

Für die Backendl:

2 Hühnerkeulen	2 Eier	50 g Kürbiskerne
50 g Semmelbrösel	Mehl	Salz, Pfeffer

Für den Erbsenreis:

200 g Basmati	150 g TK-Erbsen	$\frac{1}{2}$ weiße Zwiebel
300 ml Gemüsefond	2 EL Butter	

Für die Preiselbeeren:

100 g TK-Preiselbeeren	$\frac{1}{4}$ Zitrone, Saft	75 g Zucker
------------------------	-----------------------------	-------------

Für den Vogerlsalat:

100 g Feldsalat	8 EL Kürbiskernöl	4 EL Apfelessig
Salz	Pfeffer	

Für die Garnitur:

$\frac{1}{2}$ Zitrone, Frucht

Für die Backendl:

Die Fritteuse auf 170 Grad vorheizen.

Hühnerkeulen gut salzen. Kürbiskerne in einem Multizerkleinerer klein hacken und mit den Semmelbröseln vermengen. Aus Mehl, verquirltem Ei mit Salz und Pfeffer und Semmelbröseln eine Panierstraße aufstellen und Hühnerkeulen darin panieren. In der vorgeheizten Fritteuse etwa 15 Minuten goldgelb ausbacken. Auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

Für den Erbsenreis:

Basmati im Gemüsefond bissfest kochen. Zwiebel abziehen und fein hacken. In einem Topf mit Butter glasig andünsten. Erbsen hinzugeben und mit andünsten. Zum Schluss den Reis abgießen und unter die Erbsen rühren.

Für die Preiselbeeren:

Preiselbeeren, Zucker, 1 EL Zitronensaft und 25 ml Wasser in einen Topf geben und aufkochen lassen. Dann Hitze reduzieren und Beeren andicken lassen, ohne dass sie zerfallen.

Für den Vogerlsalat:

Feldsalat waschen, trockenschleudern und Wurzeln entfernen.

Kürbiskernöl, Apfelessig und 2 EL Wasser verrühren und Salat kurz vor dem Servieren damit vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Garnitur:

Zitrone vierteln und Spalten zu dem Backendl reichen.

Markus Marbler am 10. März 2025