

# Backhendl mit Kürbiskern-Kräuter-Kruste und Spargel

**Für 2 Personen**

**Für das Hendl:**

2 Hähnchenbrustfilets	1/2 Bund Petersilie	3 Zweige Dill
3 Zweige Kerbel	1 Zweig Estragon	30 g Kürbiskerne
300 g Paniermehl	100 g Mehl	2 Eier
Salz, Pfeffer	2 EL Butterschmalz	500 g weißen Spargel
3 EL Milch	1 EL Zucker	

**Für den Kartoffelstampf:**

400 g Kartoffeln	Salz, Pfeffer	2 EL Butter
3 EL Crème-double	1 Prise Muskat	100 g Butter
1 Zitrone		

Für das Hendl:

Die Filets einmal quer halbieren so dass man dünnere Hälften hat. Die Kräuter für die Panade waschen, trocken schütteln und fein hacken. Kürbiskerne fein hacken. Kräuter und Kürbiskerne mit dem Paniermehl mischen. Auf flachen Tellern einmal das Kräuter- Paniermehl, einmal das Mehl und einmal das verquirlte Ei vorbereiten. Die Hähnchenschnitzel mit Salz und Pfeffer würzen, erst im Mehl wenden, dann im Ei und zum Schluss in der Panade. Vorsichtig die Panade abschütteln. Nicht festdrücken. In einer tieferen Pfanne Butterschmalz schmelzen lassen. Hähnchenschnitzel darin ca. 5 Minuten ausbacken. Spargel schälen und in einem flachen Topf Wasser mit der Milch, dem Zucker und einer Prise Salz zum kochen bringen. Die geschälten Spargel bei mittlerer Hitze köcheln lassen, ca. 15 Minuten, bis sie sich leicht über einer Gabel biegen.

Für den Kartoffelstampf:

Die Kartoffeln schälen und ca. 30 Minuten in Salzwasser ganz weich kochen. Die Kartoffeln abgießen und Butter, Crème-double, Muskat und Pfeffer dazu geben. Alles mit einem Kartoffelstampfer grob zerdrücken. In einem kleinen Topf die Butter schmelzen bis sie goldgelb ist. Zitronenschale abreiben und den Saft auspressen. Abrieb und Saft zur Butter geben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den Spargel aus dem Sud heben und abtropfen lassen. Das Backhendl, den Spargel und die Kartoffeln auf dem Teller anrichten. Alles mit der Zitronenbutter beträufeln.

Flora Hohmann am 29. Mai 2013