

# Nuggets

## Für 4 Personen

### Für das Gemüse:

400 g grüner Spargel	2 Karotten	$\frac{1}{2}$ Salatgurke
50 ml Gemüsebrühe	1 Knoblauchzehe	2 Scheiben Ingwer
1 EL kalte Butter	mildes Chilisalz	

### Für die ChilisaUCE:

1 geh. EL Speisestärke (15 g)	1 mittelscharfe rote Chilischote	50 g Zucker
1 TL Salz	3 EL Weißweinessig	$\frac{1}{2}$ geriebene Knoblauchzehe
$\frac{1}{2}$ TL fein geriebener Ingwer	1 Msp. mildes Currypulver	1 EL Tomatenketchup

### Für die Nuggets:

4 Hähnchenbrustfilets	1 EL Brathähnchengewürz	2 Eier
2 EL Sahne	50 g Mehl	50 g Cornflakes
50 g Weißbrotbrösel	Öl	mildes Chilisalz

Für das Gemüse den Spargel waschen, nur im unteren Drittel schälen und die holzigen Enden entfernen. Die Stangen schräg in 5 bis 6 cm lange Stücke schneiden. Die Karotten putzen, schälen, längs vierteln und in 5 bis 6 cm lange Stücke schneiden. Die Gurke schälen, längs halbieren und die Kerne mit einem Teelöffel entfernen. Die Gurkenhälften erst in 5 bis 6 cm lange Stücke, dann in lange Stifte schneiden.

Spargel, Karotten und Brühe in eine große, tiefe Pfanne geben, mit einem Blatt Backpapier bedecken und das Gemüse knapp unter dem Siedepunkt 10 bis 12 Minuten ziehen lassen. Dann Knoblauch und Ingwer hinzufügen und die kalte Butter unterrühren. Vom Herd nehmen, die Gurkenstifte unterrühren, und kurz erwärmen. Mit Chilisalz würzen, warm halten.

Für die süßscharfe ChilisaUCE die Speisestärke mit etwas kaltem Wasser glatt rühren. Die Chili längs halbieren, entkernen, waschen und in kleine Würfel schneiden. 375 ml Wasser mit Chili, Zucker, Salz, Essig, Knoblauch, Ingwer und Curry aufkochen, die Stärkemischung dazugeben und köcheln lassen, bis diese sämig bindet. Vom Herd nehmen, das Ketchup unterrühren, alles mit dem Stabmixer kräftig pürieren und abkühlen lassen.

Für die Nuggets die Hähnchenbrustfilets waschen, trocken tupfen, quer in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden und mit dem Brathähnchengewürz würzen. Die Eier in einen hohen Rührbecher füllen, die Sahne hinzufügen und alles mit dem Stabmixer verrühren, in einen tiefen Teller geben. Das Mehl in einen weiteren tiefen Teller geben.

Die Cornflakes in einen Gefrierbeutel geben und mit dem Nudelholz zu Bröseln zerkleinern. Die Weißbrotbrösel mit den Cornflakes mischen und ebenfalls in einen tiefen Teller geben.

Die Hähnchenstücke erst im Mehl wenden, dann durch die Eiermischung ziehen und zuletzt im Weißbrot-Cornflakes-Mix wenden. Das Öl fingerhoch in eine Pfanne geben, bei mittlerer Temperatur erhitzen und die Hähnchenstücke darin auf jeder Seite etwa 3 Minuten knusprig goldbraun braten. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Mit etwas Chilisalz würzen.

Das Gemüse auf vorgewärmte Teller oder in Schalen verteilen und die Hähnchen-Nuggets darauflegen. Die süßscharfe ChilisaUCE dazu reichen.

Alfons Schuhbeck am 03. Februar 2020