



AEG

Gebackenes Hühnerbrüstchen mit Preiselbeeren

4 Hühnerbrüste

Mehl

3 Eier

Brösel

Salz, Pfeffer, Paprikapulver, Öl oder Butterschmalz zum bestreichen

Hühnerbrüste waschen oder abtupfen und zuputzen- Haut je nach Geschmack abziehen und würzen.

In Mehl Ei Brösel (die Brösel mit etwas Paprikapulver um eine bessere Farbe zu erhalten) ganz normal panieren- Gut mit dem Öl oder flüssigem Butterschmalz bestreichen.

Auf ein Patisserieblech legen und ein flaches Backblech mit etwas Wasser und Küchenrolle darunter (damit der Ofen sauber bleibt) im Rohr Feuchtgaren nieder (Intervalldampf) 210C° ca. 24 min. Fertig.

Tipp:

Auf diese Art kann alles Mögliche paniert und gebacken werden-

allerdings sollte das Gargut etwas dicker sein z.B.: Karfiol, Cordonbleu, Surschnitzel, Kürbis, Zuchini,...

Ein ganz dünnes Kalbs-Wienerschnitzel würde ich in der Pfanne mit Fett empfehlen.

Notizen:



Markus Grillenberger / Kochkurse / Foodstyle

office@markusgrillenberger.com | +43 664 /52 98 661 | www.markusgrillenberger.com

*köstlich
unterhaltsam.*