



Wiener Backhendl-Schnitzel mit Klostersalat

Zutaten (für vier Personen)

4 Hähnchenkeulen (à 100 g - ausgelöst, ohne Haut)
3 EL Mehl
2 Eier
50 g Semmelbrösel
3 EL Öl oder Butterschmalz
400 g vorwiegend festkochende Kartoffeln
80 g feine Zwiebelwürfel
1 TL mittelscharfer Senf
2 EL Obstessig
3 EL Öl
150 ml Gemüsebrühe
½ Salatgurke
50 g Paprikawürfel (bunt)
8 Kirschtomaten
8 Zitronenscheiben
Salz, Pfeffer

Zubereitung (circa 45 Minuten)

Hähnchenkeule mit Salz und Pfeffer würzen. Erst mehlieren, dann durchs aufgeschlagene Ei ziehen, anschließend in Semmelbrösel wenden. In Öl mit Butterschmalz beidseitig goldgelb ausbacken und warm stellen.

Kartoffeln säubern, kochen, abschütten, gut ausdämpfen lassen, schälen, etwas auskühlen lassen und in Scheiben schneiden. Gemüsebrühe mit Senf verrühren und erhitzen. Zwiebelwürfel, Obstessig, Öl zugeben, Paprikawürfel mit unterziehen, mit Salz und Pfeffer würzen. Mit geschälter, in Scheiben geschnittener Gurke und Kartoffeln gut vermengen, einziehen lassen, nochmals nachwürzen. Auf flachem Teller anhäufeln, mit geviertelten Kirschtomaten garnieren. Hähnchen daneben anrichten und mit Zitronenscheiben belegen.

Nährwerte pro Portion

463 kcal - 27 g Fett - 15 g Eiweiß - 43 g Kohlenhydrate - 3,5 BE
Dieses Gericht ist lactosefrei.

