



 45 Min. plus
min. 1 Std.
zum
Marinieren
Minuten

 Einfach

SAFTIGER CRISPY CHICKEN BURGER MIT KOHLRABI- RADIESCHEN COLESLAW

In unserem selbstgemachten Chicken Burger Rezept treffen saftige Hähnchenbrustfilets auf die amerikanische Variante des Krautsalats und kräftig-würzigen Käse.

 *So wirds gemacht :*

SCHRITT 1

Für das Crispy Chicken Rezept die Hähnchenbrustfilets längs halbieren und mit einem Fleischklopferr flachklopfen. Buttermilch, Paprikapulver, Zwiebel- und Knoblauchpulver, eine Prise Salz und Pfeffer hinzufügen und verrühren. Die Hähnchenbrustfilets in der Buttermilch min. 1 Std. einlegen (am besten über Nacht).

SCHRITT 2

Für den Cole Slaw, Kohlrabi schälen und in dünne Streifen teilen. Die Radieschen waschen und ebenfalls in dünne Streifen schneiden. Den Limettensaft auspressen und mit Kohlrabi, Radieschen, Kresse und einer Prise Salz vermengen.

SCHRITT 3

Das Mehl mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer mischen und die abgetropften Hähnchenbrustfilets darin wenden, so dass sie rundum mit Mehl bedeckt sind. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Hähnchenfilets darin goldbraun ausbacken.

SCHRITT 4



 Zutaten

4 Portionen

- 2 Hähnchenbrustfilets
- 250 ml Buttermilch
- 1 TL Paprikapulver, rosenscharf
- 1 TL Zwiebelpulver
- 0.5 TL Knoblauchpulver
- Salz, Pfeffer
- 1 Kohlrabi
- 1 Bund Radieschen
- 1 Pck. Kresse
- 0.5 Limette
- 4 EL Mehl (405)
- 4 Burger Brötchen
- 185 g MILRAM Aioli
- 4 Scheiben MILRAM Sylter Käse

Die Burgerbrötchen mit Aioli bestreichen. Auf den unteren Brötchenhälften Cole Slaw verteilen. Hähnchen und Käse auflegen und die oberen Brötchenhälften auflegen. Fertig ist der selbstgemachte Hähnchen Burger.

NÄHRWERTE

1 Portion enthält durchschnittlich:

Brennwert (kJ/kcal): 2215/610

Fett (g): 29

Kohlenhydrate (g): 44

Eiweiß (g): 42