

Rezept aus „Silvia kocht“

Foto: ORF/ Silvia Schneider GmbH/ Juraj Melicher



Knuspriges Backhendl mit Petersilienkartoffeln

Koch: Matthias Strunz

Zutaten

(für 4 Personen)

Für das Backhendl

- 800 g ausgelöstes Hendlfleisch von Brust und Keule (ohne Knochen)
- 250 g Sauerrahm
- Abrieb von 2 Zitronen
- 3 EL feingeschnittene Kräuter (z.B. Petersilie, Thymian, Schnittlauch)
- weißer Pfeffer
- 100 g Mehl (glatt)
- 2 verquirlte Eier
- 150 g Semmelbrösel
- Pflanzenöl zum Ausbacken
- Salz (für nach dem Ausbacken)

Für die Petersilienkartoffeln

- 250 g Kartoffeln (festkochend)
- 100 ml Rindsuppe
- 1 Bund Petersilie
- 50 g Butter
- Pfeffer
- Salz

Für die Garnitur

- 4 Zitronenspalten

Zubereitung

1. Für die Backhendl-Marinade Sauerrahm, Zitronenabrieb, Kräuter und weißen Pfeffer in einer Schüssel gründlich verrühren. Dann die grob zerteilten Hendlstücke in die Marinade legen und gut durchmischen, sodass das Fleisch rundherum bedeckt ist. Abgedeckt für einige Stunden, am besten über Nacht, im Kühlschrank ziehen lassen.
2. Für die Panierstraße Mehl, verquirlte Eier und Semmelbrösel jeweils in einen tiefen Teller oder eine flache Schale geben. Die Hendlstücke aus der Marinade nehmen und nur leicht abstreifen. Zuerst im Mehl wenden, anschließend durch die verquirlten Eier ziehen und zuletzt in den Semmelbröseln wenden. Die Brösel dabei nur leicht andrücken.
3. Reichlich Pflanzenöl in einer tiefen Pfanne oder einem Topf auf etwa 160° C erhitzen. Die panierten Hendlstücke darin schwimmend je nach Größe etwa 8-10 Minuten goldbraun und knusprig ausbacken. Währenddessen vorsichtig wenden und immer wieder heißes Öl über die Oberseite schöpfen.
4. Für die Petersilienkartoffeln die Kartoffeln in der Schale kochen und anschließend vierteln. Die Rindsuppe in einem kleinen Topf erhitzen, die Kartoffeln dazugeben und kurz darin köcheln lassen. Butter und fein geschnittene Petersilie hinzufügen, mit Salz und Pfeffer würzen und die Kartoffeln vorsichtig darin schwenken.
5. Zum Schluss das knusprig ausgebackene Backhendl aus dem Öl heben, kurz auf Küchenpapier abtropfen lassen und erst danach salzen. Gemeinsam mit den Petersilienkartoffeln anrichten und nach Belieben mit frischen Zitronenspalten servieren.