

Geflügelsalat mit Chili



Zutaten:

- 3 Hähnchenfilets
- 1 gelbe Paprikaschote
- 1 rote Paprikaschote
- 20 g frische Minzblätter
- 30 g frische Korianderblätter
- 4 EL Mehl
- 1 EL Chilipulver
- 1 EL Zwiebelpulver
- 1 EL Knoblauchpulver
- 1 EL Meersalz, fein zerstoßen
- Öl zum Frittieren

Dressing:

- 1 EL Zucker
- 2 EL Zitronensaft
- 4 EL Reisesseig
- 4 EL Erdnussöl

Zubereitung:

Paprikaschoten und Frühlingszwiebeln in gleichmäßig streichholzgroße Streifen schneiden. Die Streifen zusammen mit Minze und Koriander in eine Schüssel geben.

Für das Dressing Zucker, Zitronensaft, Essig und Öl in einer Schüssel mit dem Schneebesen verrühren. Filets in Streifen schneiden. Mehl, Chilipulver, Zwiebel- und Knoblauchpulver und Salz in einer flachen Schale mischen. Die Filetstücke portionsweise darin wälzen, herausnehmen und überschüssiges Mehl abschütteln. Eine große schwere Pfanne halb mit Öl füllen und erhitzen. Wenn das Öl heiß genug ist, das Fleisch darin portionsweise goldbraun frittieren. Auf Küchenpapier gut abtropfen lassen. Die frittierten Hähnchenstreifen zu Gemüse und Kräutern in die Schüssel geben, mit dem Dressing beträufeln und vorsichtig mischen. Sofort servieren.

Dazu schmeckt geröstetes Brot.