▪ Die Küchenschlacht – Menü am 04. Januar 2024 ▪
Leibgericht mit Alexander Kumptner

Ingrid Baumgarten

Hähnchen-Nuggets mit Mango-Mayonnaise, Gewürz-Pilaw und Fenchelsalat

Zutaten für zwei Personen

Für die Hähnchen-Nuggets:
200 g Hähnchenbrustfilet
1 Knoblauchzehe
2 cm Ingwer
½ Orange, Saft
1 Ei
3 EL Sojasauce
1 TL Sesamöl
50 g Mehl
100 g Panko
Öl, zum Frittieren
Piment d'Espelette, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Öl in die Fritteuse geben und auf 180 Grad erhitzen.

Ingwer fein reiben. Den Saft der ½ Orange auspressen. Sojasauce, 2 EL Orangensaft, Sesamöl, 1 TL Ingwer, 1 TL Knoblauch und die Gewürze verrühren. Hähnchenbrust parieren, in mundgerechte Würfel schneiden und in der Marinade einlegen. Je länger die Stücke in der Marinade liegen, desto mehr Geschmack nehmen sie an. Die Hähnchenstücke aus der Marinade nehmen und mit Küchenpapier abtupfen. Zuerst in verquirltem Ei, dann in Mehl und abschließend in den Pankobröseln wenden. In der Fritteuse goldbraun frittieren.

Für die Mango-Mayonnaise:
½ reife Flugmango
1 Zitrone, Saft
2 Eier
2 TL mittelscharfer Senf
250 ml Erdnussöl
Piment d'Espelette, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle
Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Das Fruchtfleisch der Mango fein pürieren. Ein Vollei und ein Eigelb in einen Rührbecher geben. Öl vorsichtig darauf gießen. Senf, 1 TL Zitronensaft und etwas Salz hinzufügen. Den Stabmixer auf dem Boden des Gefäßes platzieren und so lange dort lassen, bis die Masse weiß wird. Den Stabmixer vorsichtig hochziehen und mixen bis sich alle Zutaten verbunden haben. Mango unterrühren und mit Piment d'Espelette, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Pilaw:
150 g Basmatireis
1 kleine Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 EL Butter
300 ml Geflügelfond
20 g grüne Pistazien
20 g blaue Weinbeeren
4 Zweige Koriander
2 Lorbeerblätter
Erdnussöl, zum Braten
1 Msp. Vanillepulver
Ras el-Hanout, zum Abschmecken
Salz, aus der Mühle
Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Reis gründlich waschen. Pistazien hacken. Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein würfeln. In Erdnussöl anschwitzen, bis die Zwiebeln glasig sind. Geflügelfond dazugeben und aufkochen lassen. Reis, Lorbeerblätter, Salz und Weinbeeren dazugeben. Erneut aufkochen und mit geschlossenem Deckel auf niedriger Temperatur leicht köcheln lassen. Nach 10 Minuten ein Geschirrtuch zwischen Topf und Topfdeckel legen. Nach etwa 20 Minuten sollte die Brühe verkocht und der Reis bissfest sein. Lorbeerblätter entfernen, Pistazien und Butter unterrühren. Koriander fein hacken. Pilaw mit Salz, weißem Pfeffer und Ras el-Hanout abschmecken und mit Koriander garnieren.

Für den Fenchelsalat:
1 kleine Fenchelknolle
3 Kirschtomaten
½ Orange, Saft
2 EL Kirschblütenessig
4 EL Zitronenöl
Salz, aus der Mühle
Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Fenchelknolle putzen, halbieren und den Strunk entfernen. Das Fenchelgrün aufheben. Fenchel fein hobeln, mit etwas Salz verkneten und ziehen lassen. In der Zwischenzeit Tomaten waschen, den Stielansatz entfernen und halbieren. Den Saft der ½ Orange auspressen.

1 EL Orangensaft, Kirschblütenessig, Zitronenöl, Salz und Pfeffer gut verrühren und abschmecken. Fenchel ausdrücken und mit den Tomaten in eine Schale geben. Das Dressing hinzufügen und mit geschnittenem Fenchelgrün garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.