

Hähnchennuggets mit Bratkartoffeln und gebratenen Karotten

Hähnchennuggets mit Bratkartoffeln und gebratenen Karotten in lecker Cornflakes Panier, sind schnell zubereitet und schmecken sehr lecker.

Verfasser: Remyfelix11

Arbeitszeit: 20 min

Koch/Backzeit: 60 min

Gesamtzeit: 1,3 h



Zutaten

	Corn Flakes (Typ Mais)
	Eiweiß von 2 Eiern
1 EL	leicht scharfes Gewürz
1 EL	dehydrierter Knoblauch
	100g/pers. Hähnchenschnitzel
	1 kg Junge Karotten
3 EL	Olivenöl
1 EL	Mehl
2 EL	gepressten Knoblauch
	85g/pers. Kartoffel mit feiner Haut

Zubereitung

1. Für die **Hähnchennuggets mit Bratkartoffeln und gebratenen Karotten** zuerst den Herd auf 200 Grad vorheizen.
2. Das Hähnchenfleisch in kleine Stücke schneiden.
3. In einer Salatschüssel das Eiweiß schlagen, und den weichen Scharfmacher und den Knoblauch, sowie Salz dazugeben.
4. Das Ganze zu einer Melange vermischen, mit einer Folie abdecken und im Kühlschrank kaltstellen. Die Cornflakes in eine Schüssel schütten und jedes Stück Hähnchenfleisch mit dem Cornflakes beschichten.
5. Eine Form mit Backpapier belegen, und die Hähnchenstücke auf diesem Papier drapieren.

Nun die Form in den Ofen schieben und das Ganze bei 200 Grad während 10 bis 15 Minuten garen

6. Zubereitung: Der Bratkartoffel mit Karotten: Die Kartoffeln und Karotten waschen ohne zu schälen. Die Kartoffeln vierteln und die Karotten in Streifen schneiden.
7. Die Kartoffelstücke in einen Plastikbeutel legen, und das Öl, das Mehl, die Gewürze und das Knoblauch dazugeben, und das Ganze vermengen. Denselben Vorgang macht man mit den Karotten.
8. Nun die Kartoffeln und Karotten auf einer Ofenform ausbreiten und 40 min. garen bei 200 Grad. Sofort servieren

Tipp