

Hühnerbrust aus der Heißluftfritteuse

Die Hühnerbrust aus der Heißluftfritteuse schmeckt wunderbar saftig und zart. Ein einfaches Rezept ideal auch für Kochanfänger.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 8 min

Koch/Backzeit: 12 min

Ruhezeit: 60 min

Gesamtzeit: 1,3 h



Zutaten

2 Stk.	Hühnerbrüste (ca.150-200 g)
1 Stk.	Knoblauchzehe
1 TL	Paprikapulver (edelsüß)
2 EL	Olivenöl extra vergine
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer
1 Prise	Italienische Kräuter (getrocknet)

Zubereitung

1. Für die **Hühnerbrust aus der Heißluftfritteuse** das Hühnerfleisch mit Wasser abspülen und mit Küchenpapier trocken tupfen. Die Knoblauchzehe schälen und fein zerhacken. Zusammen mit dem Olivenöl, Paprikapulver, Salz, Pfeffer und getrockneten Kräutern in eine Schüssel geben und zu einer Marinade verrühren. Die Hühnerbrustfilets in die Schüssel geben und für zirka 1 Stunde im Kühlschrank marinieren.
2. Die Heißluftfritteuse auf 190 °C vorheizen. Jetzt die Hühnerfilets in den Garkorb legen und für zirka 12 Minuten garen.

Unsere Empfehlung

Philips Heißluftfritteuse 6,2 L
Airfryer XL



[hier bestellen](#)



Tipp

Je nach Heißluftfritteuse und Größe der Hühnerbrust kann die Garzeit variieren. Unser Tipp, Hühnerbrust einmal in der Mitte durchschneiden und prüfen.