Panierte Hühnerbrust

Dieses Rezept für panierte Hühnerbrust ist einfach, schnell und gelingsicher. Perfekt, wenn du Lust auf ein klassisches, knuspriges Geflügel-Gericht hast, das immer schmeckt.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 15 min

Gesamtzeit: 30 min



Zutaten

4 Stk.	Hühnerbrüste (a' ca. 150-180 g)
	Salz und Pfeffer
2 Stk.	Eier
5 EL	Mehl
150 g	Semmelbrösel
	Pflanzenöl (oder Butterschmalz)

Zubereitung

1. Für die **panierte Hühnerbrust** das Hühnerfleisch leicht salzen. Drei Teller bereitstellen, einen mit Mehl, einen mit den verquirlten Eiern, mit Salz und Pfeffer würzen. Und einen mit den Semmelbröseln. Die Hühnerbrust nacheinander klassisch panieren, zuerst im Mehl wenden, dann durch die Eier ziehen und schließlich in den **Semmelbröseln** panieren. Die Panier nur leicht andrücken, damit sie beim Braten schön locker bleibt.

2. Das Pflanzenöl in einer großen Pfanne auf etwa 160 °C erhitzen. Die panierte Hühnerbrust je nach Dicke etwa 4–5 Minuten pro Seite goldbraun backen. Anschließend kurz auf Küchenpapier abtropfen lassen und heiß servieren.

Tipp

Die panierte Hühnerbrust zum Beispiel auf grünem Salat mit Zitronenspalten anrichten. Oder passend als Beilage Kartoffelsalat, Pommes, Bratkartoffeln oder einen Kräuter-Dip reichen.