



Rezept des Monats **Juni 2022**

## GEBACKENE HÄHNCHEN- NUGGETS

Zubereitungszeit: 35 Minuten

Portionen: 4

KITA LUNA WÜNSCHT  
GUTEN APPETIT!



### Zutaten:

500 g Hähnchenbrustfilet  
50 g Weizenmehl (Type 405)  
100 ml Wasser  
1 Prise Salz  
100 g Semmelbrösel  
20 ml Pflanzenöl

### Zubereitung:

Fleisch in ungefähr 3 cm x 3 cm große Würfel schneiden. Mehl und Wasser vermischen. Fleischstücke im Mehlwasser wenden, mit Gitterkelle herausnehmen und abtropfen lassen. Die Stücke danach in Semmelbröseln wenden und auf Backblechen mit Backpapier verteilen. Zuletzt die Nuggets mit Öl beträufeln und salzen. Im Ofen bei 210 Grad bei starker Oberhitze (z.B. Grill-Funktion) für ungefähr 15 Minuten garen, bis die Nuggets goldbraun sind.

Dazu empfehlen wir Ofenkartoffeln und Ketchup.