

Hähnchen-Frikadellen mit Paprikasalsa (für 4 Personen)

Zutaten

1 Brötchen vom Vortag
1 Zwiebel
2 Zehen Knoblauch
600-650g
Hähnchenbrustfilet
(ohne Haut) 3-4Stck je
nach Größe

1 Ei
ca 3TL Aiwar
1 TL Senf mittelscharf

370ml Glas:
Eingelegte, geröstete
Paprika

80g Aiwar (je nach
geschmack pikant oder
mild)

1 Prise Zucker
Salz, Pfeffer

3-4 Zweige Petersilie

Zubereitung

Backofen auf 200 Grad (180Grad Umluft)
vorheizen.

Brötchen in kaltem Wasser einweichen.

Zwiebeln und **Knoblauch** schälen und grob hacken.

Hähnchenbrustfilet abwaschen und putzen, dann
grob würfeln.

Brötchen auspressen und mit **Hähnchenbrust**
zusammen mit **Zwiebeln** und **Knoblauch** durch
den **Fleischwolf** drehen.

Ei dazugeben und alles mit **Aiwar, Senf, Salz,**
Pfeffer würzen.

8 Frikadellen formen und in der Pfannen von
beiden Seiten je 4-5 Minuten Braten, bis sie gar
und schön gebräunt sind.

Für die Sauce

Paprika abtropfen.

Zwiebel und **Knoblauchzehen** schälen und fein
würfeln.

Paprika würfeln und mit **Zwiebel, Knoblauch** und
80g Aiwar zu einer Salsa verrühren.

Mit **Zucker, Pfeffer** und **Salz** abschmecken

Petersilie waschen, fein hacken und als Garnitur
über die Salsa bzw. beim Anrichten über die
Frikadellen mit Salsa geben.