

# Gebackene Wiesnhendlbrust mit Pflücksalat

---

😊 [happy-mahlzeit.com/2021/05/05/gebäckene-wiesnhendlbrust-mit-pflücksalat](https://happy-mahlzeit.com/2021/05/05/gebäckene-wiesnhendlbrust-mit-pflücksalat)

## Zutaten für 4 Personen:

- 4 Hendlbrüste ohne Haut
- 1 gehäufte EL Mehl
- 2 Eier (M)
- 6 EL Semmelbrösel
- 1 EL gerebelter Thymian
- 3 EL Butterschmalz
- Salz
- Pfeffer

## Für den Salat:

350 g Pflücksalat

## Für die Marinade:

- 4 EL Walnussöl
- 60 ml Apfelsaft
- 60 ml Weinessig
- 60 ml Hühnerbrühe
- Salz
- Pfeffer
- Zucker

## Zubereitung:

Den Backofen auf Backofen bei 120° C vorheizen.

Die Hendlbrüste heiß abbrausen, mit Küchentuch trocknen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Eier gut verschlagen. Thymian und Semmelbröseln mischen. Die Hendlbrüste im Mehl wenden, dann durch die Eimasse ziehen und zum Schluß in den Bröseln wälzen.

Das Butterschmalz erhitzen. Die Hendlbrüste darin ringsum goldgelb braten, herausnehmen und im Backofen bei 120° C ca. 30 – 35 Minuten durchgaren. Kerntemperatur über 70° C.

Alle Zutaten der Marinade verrühren, mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken und den Salat damit anmachen. Die Hendlbrüste in Tranchen zerteilen und darauf verteilen.

*Rezept: Armin Roßmeier*

*Quelle: ZDF-Fernsehgarten*

