

## Kevin von Holt Knusperhähnchen auf Grillgemüse mit Kirschketchup

Dienstag, 20. Juni 2023  
Rezept für 4 Personen

Dauer: 1,5 Stunden  
Schwierigkeitsgrad: mittel  
Feine Küche

### Zutaten:

Für das Kirschketchup:

500 g	Süßkirschen
100 g	brauner Zucker
2 EL	Wasser
20 ml	Rotwein (oder Apfelsaft)
3 EL	Balsamico
2	Lorbeerblätter
1	Zimtstange
1 TL	Kardamom, gemahlen
2 Zweige	Rosmarin
etwas	Salz
etwas	Pfeffer aus der Mühle

Für das Gemüse:

100 g	grüner Spargel
1	gelbe Paprika
1	Zucchini
8	Kirschtomaten
1	Fenchel
2	Knoblauchzehen
1	Bio-Zitrone
3 EL	Olivenöl
etwas	Salz

Für das Hähnchen:

600 g	Hähnchenbrustfilet
200 g	Weizenmehl, Type 405
1 EL	Abrieb einer Bio-Zitrone
1 EL	Paprikapulver, edelsüß
1 TL	Chilipulver
etwas	Salz
etwas	Pfeffer aus der Mühle
2	Eier
200 g	Panko-Mehl
400 ml	Pflanzenöl zum Frittieren

### Zubereitung:

1. Für das Kirschketchup die Kirschen waschen und entsteinen.
2. Zucker mit 2 EL Wasser in einen Topf geben, erhitzen und den Zucker schmelzen lassen, dabei nicht rühren.
3. Geschmolzenen Zucker mit Wein und Balsamico ablöschen. Kirschen, Lorbeerblätter, Zimtstange und gemahlenen Kardamom zugeben und offen bei kleiner Hitze in ca. 45 Minuten einkochen lassen, bis die Kirschen zerfallen und kaum noch Flüssigkeit zu sehen ist. Dann Lorbeerblätter und Zimtstange entfernen.
4. Rosmarin abbrausen, trocken schütteln, die Nadeln abstreifen, fein schneiden und zu den Kirschen geben.
5. Das Kirschketchup mit dem Pürierstab pürieren, mit Salz und Pfeffer würzen, noch einmal aufkochen. Heiß in saubere Marmeladegläser mit Twist Off-Deckel abfüllen.



Tipp: Nach dem Abkühlen die Gläser in den Kühlschrank geben. Ungeöffnet halten sie sich 2-3 Wochen.

6. Für das Grillgemüse Spargel waschen, die holzigen Enden abschneiden und im unteren Drittel schälen. Dann Spargel schräg in ca. 3 cm große Stücke schneiden.

7. Paprika, Zucchini und Fenchel putzen und waschen. Jeweils in mundgerechte Stücke schneiden.

8. Kirschtomaten waschen. Knoblauch schälen und fein schneiden.

9. Die Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen. Etwas Schale für das Hähnchen abreiben und beiseite stellen. Dann den Saft auspressen.

10. Alle Gemüse mit Knoblauch in eine Schüssel geben. Zitronensaft und Olivenöl angießen, leicht salzen, alles gut vermischen und die Gemüsestücke etwas ziehen lassen.

11. Für das Knusperhähnchen Mehl mit Zitronenschale, Paprikapulver, Chilipulver, etwas Salz und Pfeffer in einem tiefen Teller vermischen.

12. In einem weiteren tiefen Teller das Ei verquirlen und das Pankomehl in einen dritten tiefen Teller geben.

13. Hähnchenbrustfilet abwaschen, abtrocknen und in ca. 6 cm große Würfel schneiden.

14. Die Hähnchenstücke zunächst im Mehl wenden, überschüssige Mehl sacht abklopfen. Die Stücke dann durch das verquirlte Ei ziehen, etwas abtropfen lassen und zuletzt im Panko-Mehl wenden und rundum panieren.

15. Eine Grillpfanne erhitzen und das marinierte Gemüse darin von allen Seiten braten.

16. Für das Knusperhähnchen das Frittierfett in einem tiefen Topf auf 170 Grad erhitzen und die Fleischstücke darin nach und nach ca. 5 Minuten goldbraun ausbacken.

17. Mit einem Schaumlöffel aus dem heißen Öl holen, auf Küchenpapier etwas abtropfen lassen und warmhalten.

18. Knusperhähnchen mit Gemüse auf Teller geben und jeweils etwas Kirschketchup dazu reichen.

Pro Portion: 715 kcal/ 2990 kJ

59 g Kohlenhydrate, 44 g Eiweiß, 33 g Fett