


KrG	Ernährung und Versorgung	POA_Projektorientiertes Arbeiten		 Staatliches Berufliches SCHULZENTRUM Vilshofen an der Donau
Name:		Klasse:	Datum:	

Hähnchen-Teriyaki-Puffer mit Dipp



Für den Dipp:		
etwas	Kräuter	sehr fein schneiden.
1 Be.	Saure Sahne	
1 Be.	Joghurt	Alle Zutaten vermischen, kaltstellen.
1 TL	Zitronensaft	
½ TL	Kräutersalz	
Für die Teriyaki Puffer:		
2 EL	Petersilie	sehr fein schneiden. in 1 x 1 cm große Würfel schneiden. Alle Zutaten in der Klammer in eine größere Schüssel geben, mit einem Löffel gut vermischen. Wenn die Masse noch sehr flüssig ist, einfach 1-2 EL Maismehl zugeben.
300 g	Hähnchenbrust	
150 g	Gemüsemais	
30 g	Maismehl	
2	Eier	
½ TL	Salz	
etwas	Pfeffer	
3 EL	Teriyaki – Soße	
4 EL	Sonnenblumenöl	in einer großen, beschichteten Pfanne erhitzen, 2 – 3 EL von der Masse in die Pfanne geben, etwas flach drücken. So lange wiederholen, bis die Masse aufgebraucht ist. Puffer von beiden Seiten goldbraun braten, mit Dipp und Ofenkartoffel servieren.