

## Zitronenhähnchen mit Parmesankruste

VORBEREITEN

20  
Min.

ZUBEREITEN

25  
Min.

NIVEAU



### Zutaten für 4 Portionen

4 Hähnchenbrustfilets (à 200 g)  
60 g Mehl  
100 g Pankomehl (oder Paniermehl)  
60 g Parmesan  
3 Teelöffel Oregano  
1/2 Bund Petersilie  
1 Knoblauchzehe  
2 Bio-Zitronen  
8 Esslöffel Butter  
500 g Spargel  
Salz, Pfeffer  
3 Esslöffel Olivenöl  
2 Teelöffel Honig

**Besonderes Zubehör**  
Auflaufform

Da lacht die Sonne auf deinem Teller! Zitronenhähnchen in Parmesankruste und knackig-grüner Spargel sorgen gemeinsam für gute Laune. Beim Kochen, weil sie sich so einfach zubereiten lassen. Beim Schlemmen, weil sie ziemlich genial nach Sommerfrische schmecken.

Übrigens ist das Ganze auch optisch ein echter

Hingucker, das du wunderbar an Festtagen servieren kannst.

- 1 -

Backofen auf 200 °C vorheizen. Auflaufform mit Olivenöl einfetten.

- 2 -

Parmesan reiben. Hälfte der Zitronen in Scheiben schneiden und beiseitestellen. Restliche Zitronen halbieren, Schale abreiben und Saft auspressen.

- 3 -

Butter schmelzen, mit Zitronensaft, Abrieb und Honig verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Geriebenen Parmesan mit Pankomehl, Oregano, Salz und Pfeffer vermengen. Hähnchenbrustfilets waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen.

- 4 -

Drei tiefe Teller auf die Arbeitsfläche stellen. Ersten Teller mit Mehl, zweiten Teller mit flüssiger Zitronenbutter und dritten Teller mit Pankomix füllen. Hähnchenbrustfilets in Mehl, Zitronenbutter und abschließend in Pankomehl wenden. Panierte Hähnchenfilets mittig in die gefettete Auflaufform legen und ca. 10 Minuten im heißen Ofen backen.

- 5 -

Knoblauch schälen und in feine Scheiben schneiden. Holzige Enden der Spargelstangen abschneiden. Hähnchenbrustfilets aus dem Ofen holen, wenden und mit Zitronenscheiben belegen. Spargel mit Knoblauch neben den Filets verteilen. Restlichen Panko, Parmesan und Zitronenbutter über Spargel verteilen. Weitere 10-12

## Zitronenhähnchen mit Parmesankruste

Minuten im Ofen backen.

- 6 -

Petersilie grob hacken. Gebackene Hähnchenfilets mit Petersilie garnieren und servieren.