



Panade

Miànbūo xiè

Miànbūo xiè ist ein Grundrezept für eine Panade zur Weiterverarbeitung für z.B. knusprig gebackene Hähnchenbrust.

Herkunft: China

Kategorie: Zutaten, Würzmittel

Marinieren / Einlegen: 30 Minuten

Vorbereitungszeit: 5 Minuten

Zubereitungszeit: 5 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

2 TL Backpulver

½ Ei(er)

10 g Kartoffelmehl

200 ml Wasser

160 g Weizenmehl

1 TL Salz

5 EL Öl

Vorbereitung

Alle Zutaten mit Ausnahme des Öls zu einem glatten Teig verrühren. Das Öl am Schluss zufügen und ebenfalls gut verrühren. Vor dem Gebrauch die Panade etwa 30 Minuten ruhen lassen. Sie geht etwas auf.

Zubereitung

Die angegebene Menge reicht aus bei Gerichten für etwa 4 Personen. Wenn jemand weniger Panade benötigt, kann er einfach die Menge der Zutaten halbieren. Diese Art von Panade wird zum Frittieren von Fleisch wie auch von Obst verwendet.