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 / Ruhen: 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.

© 2026 coquina.de