



VEGANE CHICKEN NUGGETS

ZUTATEN FÜR CA. 16 CHICKEN NUGGETS

- 165 g vegan&moi PURE
- 6 g Salz
- 280 g kaltes Wasser
- 23 g Öl

ZUBEREITUNG

Fleischersatz Pure mit Salz vermengen.
Wasser und Öl in die Mischung geben und verrühren.
Mindestens 15 Minuten quellen lassen und zu Nuggets formen.

Die Chicken Nuggets panieren (siehe Tipp) und in der Pfanne mit Öl anbraten. Die Nuggets können auch in die Heissluftfritteuse gegeben werden.

Tipp: Als Panade eignen sich z.B. ungesüsste zerstossene Cornflakes

