



Air Fryer Honey Feta Sticks

Air Fryer Honey Feta Sticks

200 g Feta

2 Eier

4 Esslöffel Mehl

100 g zerdrückte Cornflakes

2 Esslöffel Liakada Griechischer Honig Wildblüte

Etwas Öl

Chiliflocken (optional)

Gesamtzeit: 25 min

Schwierigkeitsgrad: einfach

Portionen: 2 Portionen

Air Fryer Honey Feta Sticks

1.

Den Feta in dicke Sticks schneiden.

Drei Schalen vorbereiten:

Schale 1: Mehl

Schale 2: Verquirlte Eier

Schale 3: Zerdrückte Cornflakes

Die Feta Sticks zuerst im Mehl wenden, dann durchs Ei ziehen und anschließend in der Cornflakes-Mischung panieren.

Die panierten Sticks leicht mit etwas Öl besprühen. Im Air Fryer bei 190 °C etwa 7–9 min. backen, bis die Panade goldbraun und knusprig ist. Nach der Hälfte der Zeit einmal wenden.

Direkt nach dem Garen mit Honig beträufeln. Wer mag, gibt noch etwas Chiliflocken darüber.

Tipp: Dazu passt ein Dip aus Griechischer Joghurt, etwas Zitrone und frischen Kräutern besonders gut.