

Hähnchensalat mit Ciabatta und Oliven

VORBEREITEN

20
Min.

ZUBEREITEN

5
Min.

NIVEAU



Statt Rucola und Radicchio landen zur Abwechslung mal andere Salatzutaten in der Feierabendschüssel. Aus saftigem Hähnchen, Sellerie, Oliven, Paprika und Ciabatta entsteht ratzfat ein sättigender Mix, der nur noch mit dem cremigen Kräuterdressing besser werden kann.

- 1 -

Für die Hähnchen Knoblauchzehe schälen und leicht andrücken. Hähnchen unter kaltem Wasser abwaschen und in einen großen Topf legen. Wasser hinzufügen, sodass die Filets vollständig bedeckt sind. Knoblauch, Lorbeerblätter und Majoran dazugeben und mit Salz und Pfeffer würzen.

- 2 -

Wasser zum Kochen bringen. Hitze reduzieren und Hähnchenbrustfilets abgedeckt 8-12 Minuten köcheln lassen.

- 3 -

Für den Salat Paprika entkernen und würfeln. Stangensellerie in feine Scheiben schneiden. Kalamata Oliven halbieren. Ciabattabrötchen in Würfel schneiden. Alles in einer großen Schüssel vermengen.

- 4 -

Für das Dressing Knoblauch schälen und grob hacken. Blätter der Kräuter von den Stängeln zupfen und hacken. Alles mit restlichen Zutaten in einen Mixer geben und cremig pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

- 5 -

Hähnchen abseihen und mit 2 Gabeln auseinanderpflücken. Unter den Salat mischen und alles mit Dressing vermengen.

Zutaten für 2 Portionen

Für die Hähnchen

2 Hähnchenbrustfilets
2 Lorbeerblätter
1 Prise(n) Majoran
Salz, Pfeffer
1 Knoblauchzehe

Für den Salat

1 rote Paprika
4 Stangen Sellerie
100 g entkernte Kalamata Oliven
1 Ciabattabrötchen

Für das Dressing

1 Knoblauchzehe
1/2 Bund Petersilie
1/4 Bund Basilikum
1/4 Bund Dill
1 Esslöffel Oregano
100 g Mayonnaise
2 Esslöffel Zitronensaft
Salz, Pfeffer

Besonderes Zubehör

Mixer oder Pürierstab

Hähnchensalat mit Ciabatta und Oliven