

## Hähnchen mariniert in Honig & Senf Dressing

VORBEREITEN

15  
Min.

RUHEN

120  
Min.

ZUBEREITEN

10  
Min.

NIVEAU



### Zutaten für 4 Portionen

#### Für die Spieße

4 Hähnchenbrustfilets  
150 ml Kühne Honig & Senf Dressing  
1 Teelöffel Sonnenblumenöl  
Salz, Pfeffer

#### Für den Salat

3 Romana-Salatherzen  
200 g Kirschtomaten  
1 Avocado  
4 Scheiben Graubrot  
20 g Parmesan  
100 ml Kühne Honig & Senf Dressing  
4 Zweig(e) Petersilie

#### Besonderes Zubehör

Grillspieße  
Grill oder Grillpfanne

Knackiger **Salat** mit cremigem **Dressing** gehört zu einem gepflegten **Grillabend** einfach dazu. Das einzige, das am Ende des Abends übrig bleibt, sind die angebrochenen Saucen- und Dressing-Flaschen. **Aber was stellt man mit den Resten an?** Du kannst sie natürlich bis zum nächsten Grillen aufbewahren...

Oder du nutzt eine **Kühne Idee**: Verwende dein **Kühne Honig & Senf Dressing** neben dem Salat auch, um dein **Hähnchenfleisch zu marinieren**, bevor es auf dem Rost oder in der Pfanne landet. Das Ergebnis: keine Reste, dafür köstlich angemachter Salat und aromatisches **Hähnchen mariniert in Honig & Senf Dressing**.

- 1 -

Spieße am besten am Vortag vorbereiten:  
Hähnchenbrustfilets waschen, trockentupfen und in ca. 2

cm große Würfel schneiden. In einer Schüssel mit Dressing vermengen, abdecken und mindestens 2 Stunden (am besten über Nacht) kaltstellen und marinieren lassen.

- 2 -

Grillrost oder Grillpfanne mit Öl einfetten und aufheizen. Marinierte Hähnchenstücke auf Grillspieße stecken und bei geringer, bis mittlerer Hitze ca. 10 Minuten auf dem Grill oder in der Grillpfanne grillen. Dabei mehrmals wenden, sodass auf allen Seiten Grillstreifen entstehen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

- 3 -

Für den Salat Graubrot kurz mit auf den Grillrost legen oder nach den Spießen in derselben Pfanne anrösten, danach in grobe Würfel schneiden. Strunk der Salatherzen entfernen, Blätter waschen und grob zerkleinern. Tomaten vierteln. Avocado entkernen, schälen, in dünne Scheiben schneiden und auffächern. Petersilie von den Stielen zupfen und hacken.

- 4 -

Salat, Tomaten und Avocado auf Tellern anrichten und Dressing darüber gießen. Mit Petersilie und Brot-Croûtons garnieren. Parmesan über den Salat hobeln und Hähnchenspieße dazu servieren.

## Hähnchen mariniert in Honig & Senf Dressing

