

Haus Wiesengrund
Höfstraße 3, 59969 Hallenberg-Braunshausen
Tel. 02984/560 www.wiesengrund.net



Rezept des Monats Juli 2011

Italienischer Salat mit Pesto Hähnchen, Avocado und Croutons

Für 5 Personen

5 Hähnchenbrustfilets
300g Blattsalat (Rucola, Eichblatt, Lollo Rosso oder Bianco)
2 Avocados
100 g Croutons
30ml Olivenöl,
Ciabatta, Pesto, Salatdressing, etwas Zitronensaft
Salz, Pfeffer

Hähnchenbrust in Streifen schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Hähnchenbruststreifen darin anbraten. Die Pfanne vom Herd nehmen und die Hähnchenbruststreifen mit dem Pesto vermischen. Blattsalate waschen und Salatdressing dazugeben. Avocados schälen, entkernen, in Würfel schneiden und sofort mit Zitronensaft beträufeln.

Den angemachten Salat auf einem Teller anrichten. Die Pesto-Hähnchenbruststreifen, Croutons und die Avocado darauf verteilen. Dazu Ciabatta reichen.