

„Geflügelsalat“

mit Gremolata

Personen: 2-3 | Autor: OTTO GOURMET Küche | Kategorie: Geflügel | Schwierigkeit: leicht | Zeit: ca. 30 Min.

Zutaten

- Hähnchenbrust, z. B. Art. 5404 Marie Hot Maishähnchenbrustfilet Label Rouge, 2 x 150 – 250 g
- OTTO GOURMET Pink Salt Flakes (Art. 8028)
- frische Kräuter: ½ Bund Petersilie & ½ Bund Basilikum
- 150 g getrocknete Tomaten
- 3 EL Olivenöl
- Abrieb von ½ Bio-Zitrone
- 1 TL Balsamico-Essig
- Salat nach Geschmack, z. B. Kopfsalatherzen

Zubereitung

Hähnchenbrust über Nacht im Kühlschrank auftauen und ca. zwei Stunden vor der Zubereitung temperieren lassen. Mit Olivenöl einreiben und salzen.

Pfanne erhitzen und Hähnchenbrust scharf anbraten. Fleisch ruhen lassen, bis eine Kerntemperatur von ca. 64°C erreicht ist. Alternativ kann die Hähnchenbrust auch auf dem Grill zubereitet werden.

Währenddessen eine Gremolata herstellen. Dafür frische Kräuter und getrocknete Tomaten fein hacken, mit Olivenöl und Zitronenabrieb mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Salat putzen und auf Teller verteilen.

Hähnchenbrust aufschneiden und auf die Salatblätter legen. Gremolata & Balsamico-Essig darüber verteilen.

Guten Appetit!