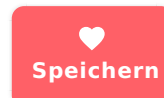






... > Zubereitungsarten > Gemüse

Lauwarmer Salat mit karamellisierten Honig-Senf-Hähnchenstreifen



★★★★☆ 4 (3 Bewertungen)

 4 Kommentare

 30 Min.  simpel  12.06.2019

Weitere Rezepte - genauso gut!

Zutaten

4



Portionen

Für die Marinade:

5 EL Honig

4 EL Senf

2 EL Öl

2 Knoblauchzehe(n), klein gehackt

2 TL Salz

1 TL Pfeffer

Außerdem:

400 g Hähnchenfilet(s)

2 Romanasalatherz(en)

4 Rispen tomate(n)

1 Zwiebel(n), rot

1 Avocado(s)

Zubereitungstipps

Zubereitung

🕒 Arbeitszeit ca. 30 Minuten

🕒 Ruhezeit ca. 30 Minuten

🕒 Koch-/Backzeit ca. 10 Minuten

🕒 Gesamtzeit ca. 1 Stunde 10 Minuten

Honig, Senf, Öl, Knoblauchzehen, Salz und Pfeffer mischen.

Das Hähnchenfilet in mundgerechte Stücke schneiden und mindestens 30 Minuten in der Hälfte der Marinade ziehen lassen.

Das Hähnchenfleisch in der Pfanne mit der nicht eingezogenen Marinade braten und karamellisieren lassen.

Salat und Tomaten waschen, Zwiebel und Avocado schälen, alles klein schneiden und mischen.

3 EL Wasser zu der anderen Hälfte der Marinade geben und mit dem Salat mischen.

Das Hähnchenfleisch direkt aus der Pfanne zum Salat geben und alles mischen.

Rezept von

JasminDragon

Weitere Rezepte von JasminDragon

[Mehr >](#)

Tipps & Trends

Video Empfehlungen

Markenrezepte bei Chefkoch

Kommentare

 [Kommentar schreiben](#)

JasminDragon

Hallo Karin-Ingrid,

Es freut mich zu hören, dass es euch geschmeckt hat :-)

Antworten

10.07.2021 13:52

KARIN-INGRID-FISCHER

Diesen Salat wird es künftig öfter geben.

Als Mahlzeit im Sommer genügt es uns.

Die Marinade ist super lecker und das karamellisieren hat gut geklappt.

Hab auch noch Gurke und Paprika sowie kleine Melonenstücke dazu gemischt.

Toll.

Vielen Dank dafür.

Antworten

14.04.2020 18:01

JasminDragon

Hallo milka59,

es freut mich zu hören, dass es dir geschmeckt hat :-)

Antworten

05.03.2020 14:47

milka59

Bei mir gab es heute diesen köstlichen Salat , ohne Avocado. Eisbergsalat , Tomaten , Gurke und rote Paprika. Das eingelegte Hähnchenbrustfilet traumhaft lecker . Es passte alles sehr gut zusammen . Danke für dies tolle Rezept .

Liebe Grüße

Milka

Antworten

Folge uns



Unternehmen

[Presse](#)

[Jobs](#)

[Impressum](#)

[AGB](#)

[Datenschutz](#)

[Datenschutz-Einstellungen](#)

[Werben Sie bei uns](#)

[Nutzungsbasierte Online Werbung](#)

Quicklinks

[Rezepte finden](#)

[Was koche ich heute?](#)

[Was backe ich heute?](#)

[Magazin Übersicht](#)

[Print-Magazin im Abo](#)

[Foren](#)

[Chefkoch Events](#)

[Videos Übersicht](#)

Newsletter

[Zum Newsletter anmelden](#)

Wir sind für Dich da

[FAQ](#)

Live Rezeptsuchen

arikosenkuchen rezepte, fleischpflanzerln rezepte, hühnerbrühe rezepte, karniyarik rezepte, kartofelchips rezepte, kartoffelteigtaschen rezepte, kladdkaka rezepte, knödelteig rezepte, nachosalate rezepte, paela rezepte

© 1998-2021 Chefkoch GmbH