

WARMER SALAT MIT HÜHNERFLEISCH, SPINAT UND HONIGSOSSE

3 Hühnerbrust-Filets
1 rote Paprikaschote
1 gelbe Paprikaschote
10 Blätter Spinat
5 Blätter Kopfsalat
5 Blätter Rauke
50 g frische Oliven
2 EL Olivenöl
Für die Soße:
1 TL Senf
3 EL extra natives Olivenöl
1 TL Honig
1 EL Zitronensaft
1 gestrichener TL
abgeriebene Zitronenschale
Salz, Pfeffer



1. Zuerst die Soße zubereiten, indem man den Senf, das Olivenöl, den Zitronensaft, die abgeriebene Zitronenschale und den Honig gut vermischt.
2. Die Filets in Streifen schneiden, salzen, pfeffern und im Olivenöl anbraten. Die Paprikaschoten im vorgeheizten Grill 15 -20 Minuten garen, wobei man sie immer wieder wendet. Sobald ihre Haut schwarz geworden ist, herausnehmen und erkalten lassen.
3. Die verbrannte Haut der Paprikaschoten entfernen. Die Paprikas in schmale Streifen schneiden, wobei man die Samen entfernt. Die Salatblätter in eine Salatschüssel legen. Die Paprikastreifen sowie die Oliven und das Hühnerfleisch dazugeben. Mit der Soße übergießen und mit ein paar Basilikumblättern garnieren.

