

# KNACKIGER SALAT MIT HÄHNCHEN UND JOGHURTDRESSING

## KNACKIGER SALAT MIT HÄHNCHEN UND JOGHURTDRESSING

Ein knackiger Salat mit Hähnchen und Joghurtdressing ist eigentlich perfekt für warme Sommertage - wenn wir denn mal welche hätten. Aber auch bei trübem Regenwetter schmeckt der Salat natürlich nicht schlechter, ist super schnell und unkompliziert gemacht und mal eine schöne Abwechslung zum üblichen Essig und Öl!



### ZUTATEN FÜR 2 PERSONEN:

1 Eisbergsalat

1/2 Salatgurke

3 Karotten

100g Joghurt

1 TL Honig

1 EL Sweet Chili Sauce

2 TL Worcestersauce

Pfeffer & Salz

2 Hähnchenbrustfilets

etwas Rapsöl

ZUBEREITUNG:

Den Eisbergsalat in Streifen schneiden, die Karotten schälen und grob raspeln und die Gurke waschen, der Länge nach vierteln und in Stücke schneiden. Alles zusammen in eine große Salatschüssel geben.

Die Hähnchenbrustfilets in Streifen schneiden. Das Öl in der Pfanne erhitzen und die Hähnchenstreifen darin rundum scharf anbraten. Die Hitze reduzieren und das Fleisch fertig garen. Mit Pfeffer und Salz würzen.



Den Joghurt mit Honig, Worcestersauce und Sweet Chili Sauce vermengen und mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Den Salat mit dem Dressing vermengen und gut durchkneten.



Das Hähnchen auf dem Salat anrichten.

Schon fertig!



©katha-kocht.de