

## Hähnchen-Salat mit Erdbeeren und Wildreis

### Für zwei Personen

|                                |                         |                           |
|--------------------------------|-------------------------|---------------------------|
| 2 Hähnchenbrustfilets, à 150 g | 125 g Wildreis-Mischung | 1 Lollo Rosso             |
| 200 g Erdbeeren                | 50 g weiße Champignons  | 1 Zitrone                 |
| 100 g Joghurt                  | 2 EL Crème-fraîche      | 1 EL Kokosmilch           |
| Butterschmalz                  | 1 Ingwerwurzel          | 1 Schälchen Brunnenkresse |
| 1 Bund Schnittlauch            | 1 EL Kürbiskerne        | 1 TL Kokosraspel          |
| 1 TL Currypulver               | schwarzer Pfeffer, Salz |                           |

Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen. Den Reis in ein Sieb geben und kurz abspülen. Anschließend in den Topf geben und circa 15 Minuten kochen lassen. Die Champignons putzen und klein schneiden. Die Hähnchenbrustfilets waschen, trocken tupfen und mit Salz und frischem Pfeffer würzen. Anschließend von beiden Seiten in einer Pfanne mit Butterschmalz circa vier Minuten gut anbraten. Die Champignons hinzugeben und mitbraten. Anschließend das Fleisch aus der Pfanne nehmen, abtupfen und in Streifen schneiden. Die Champignons warm halten. Den Salat und die Brunnenkresse gut waschen und trocken schleudern. Die Erdbeeren ebenfalls waschen, trocken tupfen, vom Strunk befreien und vierteln. Ein wenig Schale von der Zitrone reiben. Anschließend die Zitrone halbieren und auspressen. Den Joghurt und die Crème-fraîche in einer Schüssel zusammen verrühren. Die Ingwerwurzel schälen, reiben und circa zwei Teelöffel zusammen mit der Zitronenschale und dem Zitronensaft hinzugeben. Das Ganze mit Salz, Pfeffer und Curry würzen. Wenn der Reis noch leichten Biss hat, durch ein Sieb gießen und zurück in den Topf geben und gegebenenfalls warm halten. Die Kokosmilch mit den Kokosraspeln leicht unter den Reis heben und vorsichtig unterrühren. Die Kürbiskerne für den Salat separat in einer kleinen Pfanne ohne Fett anrösten. Den Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Den Salat, die Erdbeeren, die Champignons, das Hähnchenbrustfilet, die Brunnenkresse und den Salat miteinander vermengen. Anschließend die Salatsoße unterheben. Den Hähnchen-Salat mit den Erdbeeren und dem Wildreis auf Tellern anrichten, mit dem Schnittlauch und den Kürbiskernen garnieren und servieren.

Evi Lisa Larsen am 30. Mai 2012