

Tomaten-Ananas-Brot-Salat mit Hähnchen-Brust-Streifen

Für 2 Personen

1 Hähnchenbrustfilet, a 200 g	1 Ananas	10 Cocktailtomaten
1 rote Zwiebel	0,5 Bund Basilikum	2 Knoblauchzehen
2 Zweige Rosmarin	2 Zweige Thymian	100 g Ciabattabrot
4 EL Limonen-Olivenöl	2 EL Balsamico bianco	1 Tortillafladen
Olivenöl	Zucker	Salz
schwarzer Pfeffer		

Die Ananas schälen und halbieren. Eine Hälfte von dem holzigen Strunk befreien und das Fruchtfleisch in mundgerechte Stücke schneiden. Die Tomaten waschen und halbieren. Die Zwiebel abziehen und in Streifen schneiden. Das Basilikum fein hacken und mit den vorher genannten Zutaten in eine Schüssel geben. Die Hähnchenbrust waschen, trocken tupfen und in Streifen schneiden. Die ungeschälte Knoblauchzehe andrücken und zusammen mit der Hähnchenbrust und einem Rosmarin- und einem Thymianzweig in einer Pfanne mit etwas Olivenöl anbraten. Anschließend die Kräuter und den Knoblauch entfernen und das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen. Die Hähnchenbruststreifen in die Schüssel zu den anderen Zutaten geben und alles vermengen. Für das Dressing das Limonen-Olivenöl und den Balsamico bianco verrühren. Abschließend mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Das Ciabattabrot in mundgerechte Stücke schneiden. Die verbliebene Knoblauchzehe abziehen und klein hacken. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Brotstücke, den Knoblauch, den restlichen Rosmarin und den restlichen Thymianzweig hineingeben und goldbraun rösten. Die angebratenen Brotwürfel unter den Salat heben und alles mit dem Dressing vermengen. Den Salat auf einem Teller anrichten, mit Basilikumblättern verzieren und servieren.

Yvonne Kosinoga am 01. Februar 2011