

Sesam-Hähnchen-Spieße, Blattsalat, Honig-Vinaigrette

Für zwei Personen

Für die Spieße:

2 Hähnchenbrüste à 160 g	20 ml Sojasauce	2 EL Honig
100 g weißer Sesam	1 EL Currypulver	2 EL edelsüßes Paprikapulver
1 Prise Cayennepfeffer	150 ml neutrales Pflanzenöl	200 g Butterschmalz
1 Prise feines Salz	1 Prise weißer Pfeffer	

Für den Salat:

4 Blä. heller Eichblatt-Salat	4 Blä. roter Eichblatt-Salat	4 Blä. Lollo Bionda
4 Blä. Lollo Rosso	1 Köpfe Radicchio	1 Köpfe Chicorée
1 Gurke	2 Strauchtomaten	1 Orange
1 Kästchen Brunnenkresse		

Für den Dip:

1 EL Mayonnaise	1 EL Honig
-----------------	------------

Für die Vinaigrette:

1 Zitrone	5 rote Chilis	100 ml Orangensaft (100%)
2 EL mittelscharfer Senf	500 g Honig	100 ml Pflanzenöl
Salz	Pfeffer	

Backofen auf 150 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für die Spieße eine Marinade herstellen. Dazu Pflanzenöl, Sojasoße, Honig, Curry, Cayennepfeffer, weißen Pfeffer, Paprikapulver und Salz miteinander verquirlen.

Aus den Hähnchenbrustfilets lange Streifen schneiden und gewellt auf die Spieße reihen. Diese in einer länglichen Schüssel mit der Marinade übergießen und kurz ruhen lassen. Die Hähnchenbrustspieße von allen Seiten in Sesam wälzen und in eine Pfanne mit Butterschmalz geben. Goldbraun anbraten, aus der Pfanne nehmen und auf ein Blech tun. Dieses bei 80 Grad Celsius in den Ofen tun, damit es warm bleibt.

Für den Salat die Salatblätter waschen und schleudern. Gurke und Tomaten ebenfalls waschen, die Gurke in Scheiben schneiden und die Tomate spalten. Die Orange schälen und ebenfalls spalten. Zwei Blätter Radicchio sowie vier Chicorée-Blätter auf einem langen Salatteller platzieren. Aus den Eichblatt-Salatblättern, dem Lollo-Bionda-Salat und dem Lollo-Rosso-Salat, eine Rose wickeln.

Für die Vinaigrette aus dem Honig und den Chilischoten Chili-Honig herstellen. Dazu das Glas Honig in einen Behälter geben und die Chilischoten hinzufügen. Im Wasserbad kurz erhitzen. Die Zitrone halbieren, auspressen und in eine separate Schüssel geben.

Anschließend im hohen Mixbecher Orangensaft, drei Esslöffel von dem selbst hergestellten Chili-Honig, ein Esslöffel Zitronensaft und Senf mit dem Zauberstab mixen und Öl unter ständigem Weitermischen langsam dazugeben. Mit etwas Salz und Pfeffer würzen und den Salat damit beträufeln.

Für den Dip Mayonnaise und Chili-Honig mit der Gabel verrühren.

Sesam-Hähnchenspieße mit Blatt-Salat und pikanter Honig-Senf-Vinaigrette auf einem Teller anrichten, mit Brunnen-Kresse garnieren und servieren.

Ute Lange-Ensmann am 05. April 2016