

Brathähnchen-Salat

Für 2-4 Portionen):

200 g Erbsen	1 kl. Knolle Fenchel	150 g Blumenkohl
10 getrock. Aprikosen	$\frac{1}{2}$ gegartes Brathähnchen	5-7 EL Zitronensaft
Zucker	$\frac{1}{2}$ TL Chiliflocken	Salz, Pfeffer
6 EL Öl		

Erbsen in kochendem Wasser zwei Minuten blanchieren, abgießen, abschrecken und abtropfen lassen. Fenchel putzen, halbieren, den Strunk keilförmig herausschneiden und die Knolle in dünne Streifen schneiden. Blumenkohl putzen und in sehr kleine Röschen teilen. Aprikosen in Streifen schneiden.

Das Hähnchenfleisch vom Knochen lösen und die Haut entfernen. Fleisch in Würfel schneiden. Mit dem Gemüse und den Aprikosen mischen und mit Zitronensaft, Zucker, Chiliflocken, Salz und Pfeffer würzen. Öl untermischen und alles mindestens 15 Minuten durchziehen lassen.

Tim Mälzer am 01. Juni 2019