

Fruchtiger Ingwer-Geflügel-Salat

Für 2 Personen

250 g Hähnchenbrustfilet	1 EL Butter	100 g kleine Champignons
1 Zitrone	100 g Apfel	100 g frische Ananas
100 g frische kleine Trauben	1 Eigelb	80 ml Sonnenblumenöl
1 TL scharfer Senf	Salz, Pfeffer	1 TL milder Curry
1 TL frischer Ingwer	1/2 kleiner Kopfsalat	

Hähnchenbrust gut parieren und in einer Pfanne mit 1 TL Butter langsam braten ohne braun werden zu lassen. Beiseite stellen und abkühlen lassen. Champignons in Viertel schneiden und ebenfalls in einer Pfanne mit 1 TL Butter anschwitzen. Die Zitrone auspressen und die Champignons mit etwas Zitrone ablöschen und mit Deckel kurz aufkochen lassen. Apfel und Ananas in 2 cm grosse Würfel schneiden und mit Zitronensaft würzen. Trauben säubern und herrichten. Aus Eigelb, Öl und Senf eine Mayonnaise rühren. Mit Salz, Pfeffer und Curry abschmecken. Den Ingwer schälen, fein würfeln und unterrühren. Den Kopfsalat waschen, trocken schütteln und in Blätter zerteilen. Einen Suppenteller mit Salatblättern auslegen und den Salat in der Mitte anrichten. Dazu passt getoastetes Baguette.

Otto Koch 23. Dezember 2011