



Salat mit gebratenem Hähnchen

Zeit gesamt
10min

Zubereitungszeit
10min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Hähnchenbrustfilets	600 g
Öl	3 EL
Paprika, edelsüß	1 TL
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Frischer Salat mit Dressing	800 g

Zubereitung



Küchenutensilien

große Pfanne

1. Hähnchenbrustfilets waschen, trocken tupfen und in dünne Streifen schneiden. In einer Schüssel 2 EL Öl, Paprika, Salz und Pfeffer verrühren. Hähnchenbruststreifen damit vermengen.
2. In einer Pfanne 1 EL Öl auf hoher Stufe erhitzen und die Hähnchenbruststreifen darin ca. 4–5 Min. kross anbraten.
3. Salat auf Teller anrichten, Dressing darüber träufeln und mit gebratenen Hähnchenstreifen servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Wer es scharf mag, gibt im ersten Schritt noch etwas Cayennepfeffer zu den Hähnchenbruststreifen.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	586 kcal
Kohlenhydrate	15 g
Eiweiß	41 g
Ballaststoffe	0 g
Fette	39 g