

MARLEY SPOON



Cremiger Geflügelsalat mit Crostini

an Chicorée-Orangen-Salat mit Walnuss



ca. 40min



2 Personen

Wir präsentieren den Evergreen aller Stehpartys: Es gibt Geflügelsalat, der äußerst salonfähig auf einem früh-herbstlichen Salat serviert wird. Leicht herber Chicorée, feinswürziger Sellerie, fruchtige Orangenspalten und angeröstete Walnüsse sind eine wahrhaftig perfekte Plattform, um die cremige Melange zur Geltung zu bringen. Unsere Crostini werden übrigens mit Knoblauch und Schnittlauch veredelt ... Eine noble Gesellschaft!

Was du von uns bekommst

- 2 Hähnchenschenkel filets
- 1 Becher Crème fraîche ⁷
- 2 Chicorée
- 1 Stangensellerie ⁹
- 1 unbehandelte Orange
- 10g Schnittlauch
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Baguettebrötchen ¹
- 25g Walnusskerne ¹⁵
- 1 Päckchen Cajun-Gewürzmischung

Was du zu Hause benötigst

- 50g Butter ⁷
- ½TL Senf ¹⁰
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- kleiner Topf
- Küchenwaage

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Kochtipp

Die Hühnerbrühe würzen und für eine Suppe oder ein Risotto verwenden.

Allergene

Gluten (1), Milch (7), Sellerie (9), Senf (10), Nüsse (15). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 931kcal, Fett 67.3g, Kohlenhydrate 54.1g, Eiweiß 28.1g



1. Fleisch köcheln

Den Backofen auf 200°C (180°C Umluft) vorheizen. 50g Butter abwiegen und beiseitestellen. In einem kleinen Topf ausreichend Wasser für das **Fleisch** zum Kochen bringen. Das **Fleisch** trocken tupfen, dabei die Teile aufklappen, sodass sie schneller garen. Dann in das kochende Wasser geben und in 10-11Min. bei mittlerer Hitze durchgaren. Zum Abkühlen auf einem Teller beiseitestellen.



4. Kräuterbutter zubereiten

Den **Schnittlauch** in feine Röllchen schneiden. Den **Knoblauch** schälen und sehr fein würfeln oder durch eine Knoblauchpresse drücken. Die Butter mit dem **Schnittlauch** und der **1/2 des Knoblauchs** vermengen und mit 1 kräftigen Prise Salz würzen.



2. Dressing anrühren

1EL Crème fraîche, 1EL Olivenöl, 1EL Essig, ½TL Senf, ½TL Zucker und 1 kräftige Prise Salz zu einem **Dressing** verrühren.



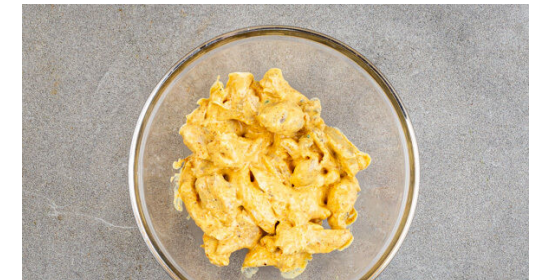
5. Crostini und Nüsse rösten

Das **Brötchen** in ca. 1cm dicke Scheiben schneiden, auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen und mit der **Kräuterbutter** bestreichen. Die **Walnüsse** mit auf das Backblech geben und alles 10-11Min. im Ofen anrösten.



3. Salat zubereiten

Den **Chicorée** jeweils längs halbieren und in ca. 2cm breite Streifen schneiden, dabei den harten Strunk entfernen. Den **Sellerie** in ca. 1cm dünne Scheiben schneiden. Die **Orange** mit einem Messer schälen, dabei auch die weiße Haut entfernen. Das **Fruchtfleisch** in Spalten schneiden. Den **Chicorée**, den **Sellerie** und die **Orangen** mit dem **Dressing** vermengen.



6. Geflügelsalat zubereiten

Das **Fleisch** mit 2 Gabeln grob zerzupfen und mit der **übrigen Crème fraîche**, der **Gewürzmischung** und dem **restlichen Knoblauch** vermengen, dann mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Walnüsse** grob hacken und unter den **Chicorée-Salat** heben. Den **Chicorée-Orangen-Salat** auf Teller verteilen, den **Geflügelsalat** darauf anrichten und mit den **Crostini** servieren.