



## Superfix V1: Hähnchen & Feta auf Risonisalat

mit gerösteten Cashews und Limette



ca. 25min



3-4 Personen

Wenn es heute ein bisschen zackiger gehen soll, ist dieser frische, mexikanisch angehauchte Salat genau dein Ding! Aus reisförmigen Risoni-Nudeln zauberst du eine nahrhafte Basis, die mit knackigem Eisbergsalat, frischen Tomaten und einem cremig-limettigen Dressing aufgepeppt wird. Obenauf thront pikant angebratene Hähnchenbrust, die mit Feta und angerösteten Cashews überhäuft auch gar nicht lange auf deine Gabel warten muss!

## Was du von uns bekommst

- 400g Risoni <sup>1</sup>
- 2 Packungen Hähnchenbrustfilet
- 2 Päckchen mexikanische Gewürzmischung
- 4 Tomaten
- 2 Lauchzwiebeln
- 50g Cashewkerne, geröstet & gesalzen <sup>5,15</sup>
- 2 unbehandelte Limetten
- 400g Eisberg-Salatsmischung
- 200g Feta <sup>7</sup>

## Was du zu Hause benötigst

- 4EL Mayonnaise <sup>3</sup>
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl

## Küchenutensilien

- großer Topf
- große Pfanne
- Zitruspresse
- Sieb

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

### Allergene

Gluten (1), Eier (3), Erdnüsse (5), Milch (7), Nüsse (15). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

### Nährwertangaben pro Portion

Energie 1044kcal, Fett 53.1g, Kohlenhydrate 87.6g, Eiweiß 52.6g



### 1. Pasta kochen

In einem großen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Die **Pasta** in das kochende Wasser geben und in 7-9Min. bissfest kochen. In ein Sieb abgießen, mit kaltem Wasser abschrecken und abtropfen lassen.



### 4. Cashews würzen

Die **Cashews** mit der **½ der restlichen Gewürzmischung** sowie 2TL Olivenöl vermengen und in der Pfanne bei mittlerer Hitze 1-2Min. erwärmen. **Vorsicht**, sie können schnell zu dunkel werden. Zum Abkühlen aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen.



### 2. Fleisch braten

Das **Fleisch** trocken tupfen, dann mit der **½ der Gewürzmischung**, 1 kräftigen Prise Salz und 2EL Olivenöl einreiben. In einer großen Pfanne bei mittlerer Hitze in 13-15Min. gar braten, dabei gelegentlich wenden. Das **Fleisch** herausnehmen und die Pfanne aufbewahren.



### 5. Dressing anrühren

Die **Limetten** halbieren und auspressen. **4EL Limettensaft** mit der **restlichen Gewürzmischung**, 4EL Mayonnaise, 2EL Olivenöl, 1TL Salz, 1 kräftigen Prise Pfeffer und ½TL Zucker zu einem **Dressing** verrühren.



### 3. Gemüse schneiden

Die **Tomaten** in dünne Spalten, die **Lauchzwiebeln** in feine Ringe schneiden.



### 6. Fleisch schneiden

Das **Fleisch** gegen die Faser in Streifen schneiden. Die **Tomaten**, die **Salatsmischung** und das **Dressing** unter die **Pasta** heben. Den **Risonisalat** mit Salz und Pfeffer abschmecken, auf Teller verteilen und das **Fleisch** darauf anrichten. Den **Feta** darüber zerkrümeln, dann mit den **Lauchzwiebeln** und den **Cashews** garnieren und servieren.