



Hähnchenfilet x2 Tex-Mex-Style

mit „Pico de gallo“-Kartoffelsalat

30-40min 2 Portionen

Klassiker sind meist nicht umsonst Klassiker – dies dürfte auch für das gemeine Schnitzel mit Kartoffelsalat zutreffend sein. Wir können aber auch anders: Unser saftiges Hähnchenfleisch wird mit einem leicht pikanten Tex-Mex-Würzöl behandelt. Salatechnisch stellen wir ihm einen farbenfrohen Schmaus aus Kartoffeln und Babymangold mit Tomaten, Zwiebeln, Koriander und Limette – also Pico de gallo – an die Seite. Klassisch gut!

Was du von uns bekommst

- 1 Pck. Babykartoffeln
- 2 Fleischtomaten
- 1 rote Zwiebel
- 1 unbehandelte Limette
- 10g Koriander
- 1 Pck. mexikanische Gewürzmischung
- 2 Hähnchenbrustfilets
- 50g roter Babymangold

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Grillpfanne
- mittelgroßer Topf
- Küchenpinsel
- Zitruspresse
- Sieb

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

Allergene

Kann Spuren von Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 787kcal, Fett 34.3g,
Kohlenhydrate 52.3g, Eiweiß 62.8g



1. Kartoffeln kochen

In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Kartoffeln** zum Kochen bringen. Die **Kartoffeln samt Schale** längs halbieren, in das kochende Wasser geben und in 12-14Min. bissfest kochen.



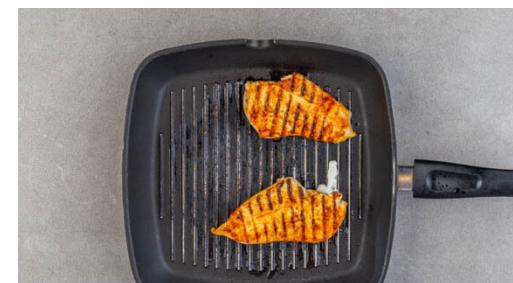
4. Kartoffeln abgießen

Die **Kartoffeln** in ein Sieb abgießen und unter fließendem Wasser abkühlen, bis sie lauwarm sind.



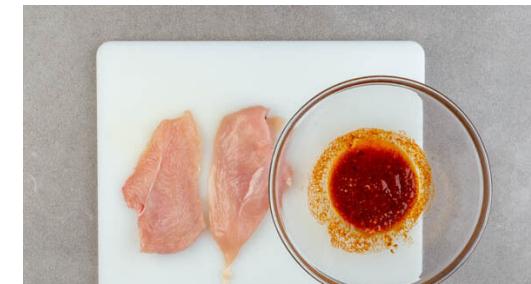
2. Dressing zubereiten

Die **Tomaten** in Spalten schneiden. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in dünne Streifen schneiden. Die **Limette** halbieren und **eine Hälfte** in Spalten schneiden, die **andere Hälfte** auspressen. Den **Koriander** fein schneiden. Die **Zwiebeln** und den **Koriander** mit dem **Limettensaft**, 2EL Pflanzenöl, $\frac{1}{2}$ TL Salz und 1 Prise Pfeffer zu einem **Dressing** verrühren.



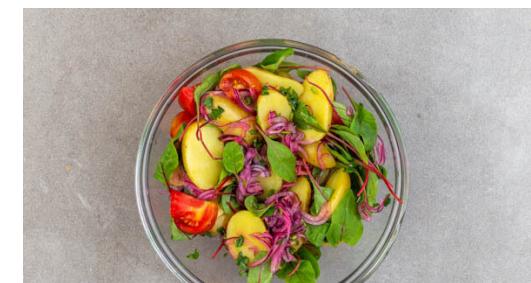
5. Fleisch grillen

Eine Grillpfanne stark erhitzen und das **Fleisch** mit 1EL Pflanzenöl auf jeder Seite 3-6Min. braten, dabei regelmäßig mit dem **Würzöl** bestreichen.



3. Würzöl zubereiten

Die **Gewürzmischung** mit 1 kräftigen Prise Salz, $1\frac{1}{2}$ EL Pflanzenöl und 2TL hellem Essig verrühren. Das **Fleisch** trocken tupfen und horizontal halbieren.



6. Fertigstellen & servieren

Die **Kartoffeln** mit den **Tomaten** und dem **Dressing** vermengen, den **Babymangold** unterheben. Das **Fleisch** mit dem **Salat** und den **Limettenspalten** anrichten und servieren.