



## Hähnchensandwich Caesar-Style

mit Gemüsepommes und Mayonnaise



20-30min



2 Personen

Wer schwärmt nicht für den guten Caesar? Wir tun es auf jeden Fall, und deshalb hat sich unsere Köchin Martina mal wieder eine neue Variante einfallen lassen: Der Salat wurde befördert, und zwar vom Teller ins Brötchen. Das saftige Hähnchen und die cremig-aromatische Käsesauce hat er natürlich mitgenommen, Pastinaken- und Karottenpommes erklimmen ebenfalls die kulinarische Karriereleiter. Wir sehen uns in der Chefetage!



- 2 Karotten
- 1 Pastinake
- 1 Stück italienischer Hartkäse <sup>7</sup>
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Päckchen Mayonnaise <sup>3,10</sup>
- 1 Päckchen körniger Senf <sup>10</sup>
- 1 Packung Romanasalat
- 2 Baguettebrötchen <sup>1</sup>
- 1 Packung Hähnchenbrustfilet
- 1 Päckchen Cajun-Gewürzmischung <sup>10</sup>

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- Grillpfanne oder Pfanne
- Küchenreibe
- Fleischklopf
- Frischhaltefolie

## Allergene

### Nährwertangaben pro Portion

Energie 807kcal, Fett 28.6g,  
Kohlenhydrate 84.2g, Eiweiß 46.1g



Den Backofen auf 220°C Umluft (240°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. Die **Karotten** und die **Pastinake** ggf. schälen und in fingerdicke, pommeseartige Stifte scheiden. Das **Gemüse** auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit 1 EL Olivenöl und 1 kräftigen Prise Salz vermengen und 20-25Min. im Ofen rösten, bis das **Gemüse** goldbraun und gar ist.



Die **Brötchen** während der letzten ca. 5Min. der Garzeit mit zum **Gemüse** aufs Blech legen und aufbacken. Das **Gemüse** während der letzten 2-3Min. mit dem **restlichen geriebenen Käse** bestreuen und zu Ende backen.



Ca. **3/4 des Käses** fein reiben, den **restlichen Käse** in dünne Scheiben schneiden. Den **Knoblauch** schälen und halbieren, **eine Hälfte** fein würfeln und mit der **1/2 der Mayonnaise**, dem **Senf**, der **1/2 des geriebenen Käses** und 3-4EL Wasser verrühren. Das **Dressing** mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den **übrigen Knoblauch** aufbewahren.



Das **Fleisch** trocken tupfen und zwischen Frischhaltefolie mit einem Fleischklopper oder einer schweren Pfanne ca. 1 cm dünn plattieren. 1 EL Olivenöl mit der **Gewürzmischung**, 1 kräftigen Prise Salz und 1 Prise Pfeffer verrühren. Das **Fleisch** rundum mit dem **Würzöl** einreiben und in einer Grillpfanne oder normalen Pfanne bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 4-5Min. goldbraun anbraten.



Die **1/2 des Salats** in dünne Streifen schneiden, dabei den Strunk entfernen.  
**Tipp:** Mit dem **restlichen Salat** z. B. die nächste Pausenstulle aufwerten.



Den **Salat** mit ca. **2/3 des Dressings** vermengen. Das **Fleisch** in Tranchen schneiden. Die **Brötchen** aufschneiden und die Schnittflächen mit der **übrigen Knoblauchhälfte** einreiben, dann mit dem **restlichen Dressing** bestreichen, mit etwas **Salat**, dem **Fleisch** und den **Käescheiben** belegen. Mit den **Gemüsepommes**, dem **restlichen Salat** und der **Mayonnaise** servieren.