MARLEY SPOON

Pulled Chicken Sandwich

mit würzigem Rotkohlsalat und Koriander

ca. 20min 2 Portionen

Vergiss labberige Brötchen und faden Geschmack: Mit diesen Sandwiches kannst du einfach nix falsch machen, denn sie zeigen, wie es richtig geht: Das knusprige Brötchen füllst du üppig mit saftig-zartem Teriyaki-Hähnchenfleisch, knackig-würzigem Rotkohl und frischem Romanasalat. Ein Sandwich voll großartiger Aromen und Texturen – worauf wartest du noch?! Guten Appetit!

Was du von uns bekommst

- 1 Hähnchenbrustfilet
- 1 Pck. Romanasalat
- 1 Lauchzwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 10g Koriander
- 1 Stück Rotkohl
- 1 Pck. Sriracha-Sauce
- 2 Baguettebrötchen [2]
- 50ml Teriyakisauce [2,3]

Was du zu Hause benötigst

- 1EL Mayonnaise [1]
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- mittelgroßer Topf
- große Pfanne
- Sieb

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

Allergene
Enthält: **Eier** (1), **Gluten** (2), **Sojabohnen** (3).

Nährwertangaben pro Portion
Energie 682kcal, Fett 18.8g, Kohlenhydrate 82.6g, Eiweiß 43.1g

1. Fleisch garen

Den Backofen auf 220°C (200°C Umluft) vorheizen. In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für das **Fleisch** zum Kochen bringen. Das **Fleisch** trocken tupfen und längs halbieren. In das kochende Wasser geben und 10–12Min. sanft kochen lassen, dann in ein Sieb abgießen.

2. Zutaten vorbereiten

Die **Romanasalatblätter** abzupfen, den Strunk entfernen. Die **Lauchzwiebel** schräg in feine Ringe schneiden. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. Den **Koriander samt Stängeln** grob schneiden.

3. Rotkohlsalat zubereiten

Den **Rotkohl** in feine Streifen schneiden und mit den **Lauchzwiebeln**, ca. ⅔ **des Korianders**, 1EL Mayonnaise, der **½ der Sriracha-Sauce**, 1–2EL Essig sowie je 1 Prise Salz und Pfeffer vermengen.

4. Brötchen aufbacken

Die **Brötchen** auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech im Ofen 5–6Min. knusprig aufbacken.

5. Pulled Chicken zubereiten

Das **Fleisch** mit 2 Gabeln zerzupfen. Den **Knoblauch** in einer großen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze ca. 30Sek. anbraten, dann das **Fleisch**, die **restliche Sriracha-Sauce** und die **Teriyakisauce** dazugeben und 2–3Min. mitbraten. Das **Fleisch** soll gut mit der **Sauce** bedeckt sein. Mit Salz und Pfeffer würzen.

6. Brötchen belegen

Die **Brötchen** aufschneiden und nach Geschmack mit den **Salatblättern**, dem **Rotkohlsalat** und dem **Pulled Chicken** belegen. Mit dem **restlichen Koriander** garnieren und mit dem **restlichen Rotkohlsalat** servieren.

Verzichte auf gedruckte Rezepte – ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**
Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. **#marleyspooning**