MARLEY SPOON



Caesar Salad

mit gebratenen Hähnchenbruststreifen

ca. 25min 2 Portionen

Mehr Zutaten, mehr Genuss: Mit diesem XXL-Rezept erhältst du Zutaten für zwei Portionen statt einer. Ideal, wenn du Besuch hast, gemeinsam kochen möchtest oder dir eine Portion für später aufheben willst. Ein kleiner Aufpreis, der sich doppelt lohnt – flexibel, praktisch und richtig lecker.

Was du von uns bekommst

- 1 Knoblauchzehe
- 1 unbehandelte Zitrone
- 1 Vollkornbaguettebrötchen [2,5]
- 1 Pck. Hartkäse, gehobelt [3]
- 2 Tomaten
- 1 Pck. Romanasalat
- 1 Hähnchenbrustfilet

Was du zu Hause benötigst

- 1EL Mayonnaise [1]
- 1EL Senf [4]
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl

Küchenutensilien

- mittelgroße Pfanne
- Küchenreibe
- Zitruspresse

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

Allergene
Enthält: **Eier** (1), **Gluten** (2), **Milch** (3), **Senf** (4), **Sesamsamen** (5).

Nährwertangaben pro Portion
Energie 627kcal, Fett 34.3g, Kohlenhydrate 40.2g, Eiweiß 41.4g



1. Zutaten vorbereiten

Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. Die **Zitronenschale** abreiben, dann die **Zitrone** halbieren und auspressen.



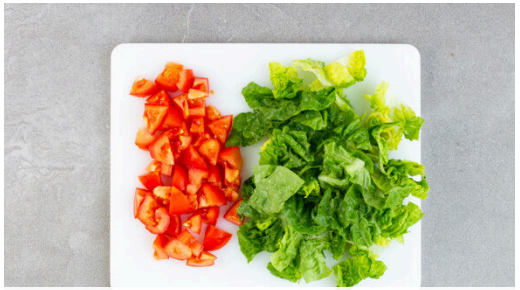
2. Croûtons rösten

Das **Brötchen** zuerst in Scheiben und anschließend in 1–2cm große Würfel schneiden. Ca. die **½ des Knoblauchs** mit 1EL Olivenöl in einer mittelgroßen Pfanne bei mittlerer Hitze erwärmen und die **Brotwürfel** darin in 3–5Min. goldbraun anrösten. Die **Croûtons** mit 1 Prise Salz würzen, aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen. Die Pfanne aufbewahren.



3. Dressing anrühren

Die **½ des Käses** mit **1TL Zitronenschale**, **1–2TL Zitronensaft**, 1EL Mayonnaise, 1EL Senf und 1EL Olivenöl verrühren. Mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker abschmecken und den **restlichen Knoblauch** untermischen.



4. Gemüse schneiden

Die **Tomaten** würfeln. Den **Romanasalat** in mundgerechte Streifen schneiden, dabei den Strunk entfernen.



5. Fleisch braten

Das **Fleisch** trocken tupfen, in 1–2cm dicke Streifen schneiden, mit je 1 Prise Salz und Pfeffer würzen und in der Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer bis starker Hitze in 3–4Min. goldbraun und gar braten.



6. Salat fertigstellen

Die **Tomaten** und den **Salat** mit dem **Dressing** vermengen und auf Teller verteilen. Nach Geschmack mit den **Croûtons** bestreuen. Das **Fleisch** auf dem **Salat** anrichten und mit dem **restlichen Käse** und der **übrigen Zitronenschale** garniert servieren.