

## Gazpacho mit Cajun-Hähnchenspießen

### Zutaten

#### (für 4 Personen):

- 4 Hähnchenbrustfilets
- 1 kg Wassermelone (Fruchtfleisch)
- 1 Schalotte
- 1.5 Salatgurken
- 250 g Tomaten
- 1 Zitrone
- 1 TL Chili
- Basilikum
- Salz und Pfeffer
- 3 TL Cajun-Gewürz
- 4 EL Olivenöl
- 20 g Pistazien



### Nährwerte:

Pro Portion ca. 437 kcal, 28 g Fett, 11 g Kohlenhydrate, 36 g Eiweiß

### Zubereitungszeit:

circa 20 Minuten



## Gazpacho mit Cajun-Hähnchenspießen

### Zubereitung:

1. Zuerst die Wassermelone von der Schale befreien, die Kerne entfernen und in Stücke schneiden. Dann die Schalotte und Gurken schälen und grob zerkleinern. Als nächstes Melone, Schalotte und Gurken mit Tomaten, Zitronensaft, Chili, Basilikum pürieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und kaltstellen.



2. Dann die Hähnchenfilets längs durchschneiden und auf Spieße stecken. Jetzt 3 EL Öl mit Cajun-Gewürz verrühren und die Hähnchenfilets von allen Seiten damit bestreichen.

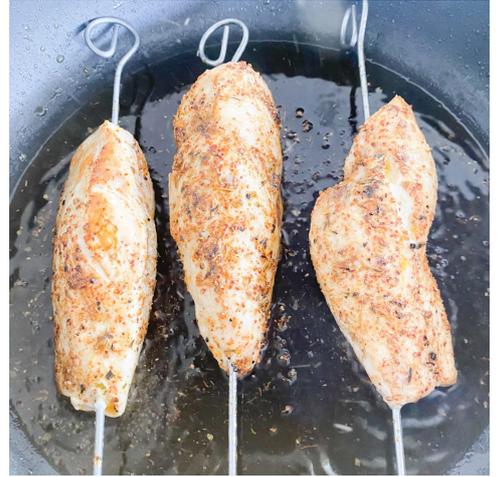


3. Anschließend die marinierten Hähnchenfilets in 1 EL ÖL von jeder Seite 3 bis 4 Minuten anbraten...



## Gazpacho mit Cajun-Hähnchenspießen

4. ...bis sie schön goldbraun gebraten sind.



5. Zum Schluss jeweils zwei Hähnchenfiletspieße mit der Gazpacho anrichten, mit Pistazien toppen und genießen. Echt cool!





## Gazpacho mit Cajun-Hähnchenspießen



### Einkaufstipp

Heimische, nachhaltige und nach hohen Standards erzeugte Lebensmittel sind dir wichtig? Dann achte beim Einkauf von Geflügelfleisch auf die „D“s auf der Verpackung: diese garantieren dir Geflügelfleisch aus Deutschland.

Weitere Informationen rund um Geflügelfleisch aus Deutschland sowie viele leckere Rezepte finden Sie auf [www.deutsches-gefluegel.de](http://www.deutsches-gefluegel.de)