



Hähnchen-Ciabatta

Zutaten

(für 4 Personen):

- 4 Hähnchenfilets
- 4 EL Öl
- 0.5 Zitrone
- 6 Blätter Salbei
- 1 Ciabatta
- 1 Römervalat
- 0.5 Gurke
- 8 Radieschen
- 4 EL Salat-Mayonnaise



Nährwerte:

Pro Portion ca. 437 kcal, 28 g Fett, 11 g Kohlenhydrate, 36 g Eiweiß (Diese Information findet ihr, wenn ihr im Ordner des jeweiligen Rezepts die Worddatei "Blogbeitrag" öffnet. Dort müsste sie ganz unten stehen. Schreibt mir, sollte dies nicht der Fall sein).

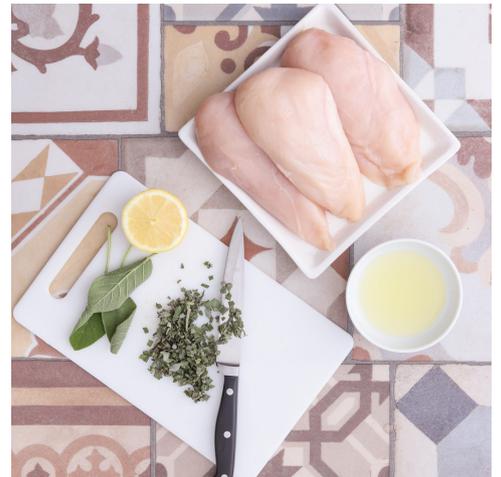
Zubereitungszeit:

circa 30 Minuten

Hähnchen-Ciabatta

Zubereitung:

1. Zuerst Öl, Zitronensaft und gehackten Salbei verrühren.



2. Dann die Hähnchenfilets damit rundherum bestreichen...



3. ... und auf dem Grill, Tischgrill oder in der Pfanne circa 7 bis 10 Minuten von jeder Seite grillen.



Hähnchen-Ciabatta

4. Inzwischen die Gurke und Radieschen waschen und in Scheiben schneiden.



5. Jetzt das Ciabatta längs und quer durchschneiden und auf dem Grill circa 3 bis 5 Minuten anrösten.



6. Dann die gerösteten Ciabatta-Hälften mit der Mayonnaise bestreichen und mit Salat, Gurken- und Radieschenscheiben belegen. Zum Schluss jeweils ein Hähnchenfilet darauflegen, reinbeißen und genießen. ☺



WE LOVE
GEFLÜGEL!



Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Hähnchen-Ciabatta



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