



## Hähnchenfilet mit griechischem Salat

### Zutaten

#### (für 4 Personen):

4 Hähnchenbrustfilets  
500 g Joghurt  
200 g Feta  
1 Knoblauchzehe  
1 TL Chiliflocken  
Salz und Pfeffer  
6 EL Olivenöl  
4 EL Weißweinessig  
1 TL Honig  
1 Salatgurke  
500 g Tomaten  
2 Zwiebeln  
80 g Oliven  
Petersilie



### Nährwerte:

Pro Portion ca. 724 kcal, 34 g Fett, 22 g Kohlenhydrate, 44 g Eiweiß

### Zubereitungszeit:

circa 25 Minuten

## Hähnchenfilet mit griechischem Salat

### Zubereitung:

1. Für den Feta-Dip Joghurt, Feta, Knoblauch, Chili und eine Prise Salz und Pfeffer mischen.



2. Dann für das Dressing 5 EL Öl, Essig und etwas Salz und Pfeffer verrühren.



3. Als nächstes die Zwiebel schälen. Dann Gurke, Tomaten, Oliven und Zwiebeln kleinschneiden, mit dem Dressing mischen und ziehen lassen.





## Hähnchenfilet mit griechischem Salat

4. Jetzt die Hähnchenfilets in 1 EL Öl von jeder Seite 5 bis 7 Minuten scharf anbraten...



5. ... bis sie schön goldbraun gebraten sind.



6. Zum Schluss die Hähnchenfilets auf dem Salat anrichten, mit Feta-Dip und Petersilie toppen und genießen.



WE LOVE  
GEFLÜGEL!



Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

## Hähnchenfilet mit griechischem Salat



### 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)