WE LOVE GEFLÜGEL!

Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Hähnchentatar auf Avocado-Gurken-Kartoffelsalat

Zutaten (für 4 Personen):

400 g Hähnchenfilet
200 g Kartoffeln
1 Avocado
150 g Salatgurke
100 g Crème fraîche
5 EL Gemüsebrühe
Schnittlauch
Salz und Pfeffer
150 g Wildkräutersalat
1 EL Olivenöl
1 Chili

Nährwerte:

Pro Portion ca. 348 kcal, 21 g Fett, 12 g Kohlenhydrate, 27 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

circa 45 Minuten

WE LOVE GEFLÜGEL!

Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Hähnchentatar auf Avocado-Gurken-Kartoffelsalat

Zubereitung:

1. Zuerst die Kartoffeln garen, pellen und fein würfeln.

2. Dann die Avocado schälen, vom Kern befreien und ebenfalls fein würfeln. Zuletzt die Gurke schälen, in feine Würfel schneiden und mit den Avocadowürfeln und Kartoffelwürfeln mischen.

3. Alles mit Crème fraîche, Brühe, Schnittlauch und einer Prise Salz und Pfeffer verrühren.

WE LOVE GEFLÜGEL!

Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Hähnchentatar auf Avocado-Gurken-Kartoffelsalat

4. Den Salat auf Tellern anrichten.

5. Den Avocado-Gurken-Kartoffelsalat darauf anrichten.

6. Die Hähnchenfilets – wir achten beim Einkauf übrigens immer auf die heimische Herkunft – sehr fein würfeln…

7. …und in Öl für 1 bis 2 Minuten scharf anbraten.

WE LOVE GEFLÜGEL!

Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Hähnchentatar auf Avocado-Gurken-Kartoffelsalat

8. Die Chili halbieren, die Kerne entfernen und in feine Ringe schneiden, dann für 1 Minute mitbraten und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken.

9. Zum Schluss das Hähnchentatar auf dem Avocado-Gurken-Kartoffelsalat anrichten…

10.…mit Schnittlauch und Chili toppen und genießen!

WE LOVE GEFLÜGEL!

Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Hähnchentatar auf Avocado-Gurken-Kartoffelsalat

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-geflügel.de**