



Panzanella mit Hähnchen-Innenfilets

Zutaten

(für 4 Personen):

- 400 g Hähnchen-Innenfilet
- 2 Zucchini
- 3 EL Weißweinessig
- 125 g Baguette
- 2 Schalotten
- 5 EL Olivenöl
- Salz und Pfeffer
- 2 Nektarinen
- 120 g Rucola
- 200 g Mozzarella
- 30 g Minze



Nährwerte:

Pro Portion ca. 584 kcal, 35 g Fett, 34 g Kohlenhydrate, 36 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

circa 20 Minuten

Panzanella mit Hähnchen-Innenfilets

Zubereitung:

1. Zuerst die Zucchini in dünne Scheiben schneiden, mit 1 EL Essig mischen und circa 10 Minuten ziehen lassen.



2. Das Baguette für den Panzanella würfeln und im Ofen knusprig backen.



3. Für die Vinaigrette gewürfelte Schalotten mit 2 EL Essig, 3 EL Öl und einer Prise Salz und Pfeffer mischen.





Panzanella mit Hähnchen-Innenfilets

4. Jetzt die Nektarinen in Spalten schneiden und mit Zucchinischnitten, Rucola, Mozzarella, gehackter Minze, geröstetem Baguette und der Vinaigrette mischen. Kurz ziehen lassen.



5. Zum Schluss die Hähnchen-Innenfilets in 2 EL Öl von jeder Seite circa 2 bis 3 Minuten knusprig braun braten...



6. ...auf dem Salat anrichten und Panzanella mit Hähnchen-Innenfilets genießen. ☺



WE LOVE GEFLÜGEL!



Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Panzanella mit Hähnchen-Innenfilets



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