



Avocado-Hähnchen-Salat

😊 2 Portionen

🕒 30 min

🍴 Salate

ZUTATEN

1 rote Paprika
1 Hühnerbrustfilet
einige Salatblätter
1 kl. Dose Mais (140 g)
2 Avocado
1 EL Zitronensaft
1 EL Olivenöl
1 TL Currypulver
½ Chilischote
Salz & Pfeffer

ZUBEREITUNG

Ofen vorheizen, Ober- und Unterhitze 200°

Die Paprika entkernen, vierteln und mit der Hautseite nach oben auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Die Hühnerbrust längs halbieren, salzen und pfeffern und ebenfalls auf das Blech legen. Im Ofen für ca. 15 min garen.

Die Salatblätter in dünne Streifen schneiden, den Mais abtropfen lassen. Die Avocado halbieren, den Kern entfernen, das Fruchtfleisch mit einem Löffel herauslösen und in Würfel schneiden. Salat, Mais und Avocado in eine Schüssel geben und mit Zitronensaft, Olivenöl und Currypulver marinieren.

Das Huhn und die Paprika abkühlen lassen. Beides in Würfel schneiden und zum Salat geben. Alles vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Chilischote entkernen und in dünne Ringe schneiden. Den Salat auf Teller anrichten und mit Chili garnieren.

NOTIZEN

Der Salat ist ein tolles to-go Gericht für die Arbeit oder zum Picknick.