1A+1B Fleisch

Salat mit gegrilltem Hähnchen und Caesar-Dressing

Zubereitungszeit
15 minuten

Portionen
Voor 1 persoon

Zubereitungsart

1. Das Hähnchenfilet mit Paprikapulver, Pfeffer und Salz bestreuen. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Hähnchenfilet in ca. 8-10 Minuten gar braten. In der Zwischenzeit die Kirschtomaten halbieren. Alle Zutaten für das Dressing in den Mixer geben und zu einer glatten Soße verarbeiten. Salat, Kirschtomaten und Hähnchenfilet auf einem Teller verteilen und mit dem Dressing besprenkeln. Nach Belieben noch etwas Pfeffer hinzufügen.

Zutaten

- [ ] 120-150 g Hähnchenfilet
- [ ] 100 g gemischter Salat
- [ ] 50 g Kirschtomaten
- [ ] ½ EL Olivenöl
- [ ] ½ TL Paprikapulver
- [ ] Pfeffer
- [ ] Salz

Nährwerte pro Person

Energie	**318 kcal**
Kohlenhydrate	**5 g**
Fett	**19 g**
Ballaststoffe	**2 g**
Eiweiß	**30 g**