



Hähnchen-Bacon-Eier-Salat mit Avocados und Feta-Käse



Dieses Rezept wurde beim virtuellen Netzwerktreffen am 23.06.2021 auch als Video präsentiert.

Zutaten (4 Personen)

300 g	Hähnchenbrustfilet(s)
1	Zitrone
	Salz und Pfeffer
2	Lorbeerblätter
10	Pfefferkörner, schwarze
50 g	Frühstücksspeck
2	Eier
2	Tomaten
1 - 2	Avocado(s), reife
100 g	Feta-Käse
3 EL	Olivenöl
	Sherry-Essig
1 TL	Honig
1/2 Kopf	Eisbergsalat
1/2 Bund	Rucola
1	Chicorée
1/2 Bund	Basilikum





Zubereitung

- ❖ Die Zitrone heiß abspülen, ihre Schale abreiben und mit $\frac{3}{4}$ l Wasser, Salz, dem Lorbeer und den Pfefferkörnern aufkochen. Das Hähnchenbrustfilet abspülen, abtropfen lassen, zum Sud dazugeben und bei geschlossenem Topf auf mittlerer Hitze 15 Minuten kochen. Das gegarte Hähnchenfleisch herausnehmen, abkühlen lassen und in kleine Würfel schneiden.
- ❖ Die Eier hart kochen.
- ❖ Den Speck bei kleiner Hitze in der Pfanne (oder im Backofen) knusprig braten und auf Küchenpapier abkühlen lassen. Die gekochten Eier schälen und würfeln. Die Tomaten waschen, trocken reiben, ihren Stielansatz entfernen und würfeln. Die Avocados halbieren, ihren Kern entfernen und das Fruchtfleisch in Würfel schneiden.
- ❖ Den Feta würfeln.
- ❖ Öl, Essig, Salz, Pfeffer und Honig zu einer Sauce verrühren. Die Hähnchen-, Avocado-, Tomaten- und Feta-Käsewürfel mit je 2 EL Salatsauce mischen.
- ❖ Den Eisbergsalat, Rucola und Chicorée waschen, trocken tupfen und in Stücke zupfen. Mit 2 EL Salatsauce mischen und in einem Glas oder Schale anrichten.
- ❖ Die Tomaten, Avocado, Eier, den Feta und die Hähnchenwürfel auf dem Salat anrichten.
- ❖ Bacon auflegen und mit Basilikumblätter garnieren.
- ❖ Den Salat mit der restlichen Salatsauce beträufeln und genießen.

Guten Appetit!

