

Gebratene Hähnchenbrust mit Reismudeln und Salat

Für zwei Personen

4 Hähnchenbrustfilets	400 g Reismudeln	4 Tomaten
$\frac{1}{2}$ Gurke	$\frac{1}{2}$ Eisbergsalat	50 g Mais
1 Zwiebel	50 g Schafskäse	250 ml passierte Tomaten
Olivenöl, Zucker	edelsüßes Paprikapulver	Salz, Pfeffer

Eine der Tomaten waschen, trocken tupfen, den Strunk herausschneiden und klein schneiden. Die Zwiebel abziehen und fein hacken. Etwas Olivenöl in einem Topf zerlassen und die Zwiebel darin anschwitzen. Die Reismudeln dazugeben kurz anschwitzen und mit den passierten Tomaten ablöschen. Mit circa 800 Milliliter Wasser auffüllen, aufkochen lassen und kurz köcheln lassen. Die Tomatenstücke zugeben und nochmals zehn Minuten köcheln lassen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Hähnchenbrustfilets waschen, trocken tupfen und in dem heißen Öl anbraten. Währenddessen mit Salz, Pfeffer und dem Paprikapulver würzen. Den Salat putzen, waschen, trocken schleudern und klein schneiden. Die Gurke schälen und würfeln. Die restlichen Tomaten ebenfalls waschen, trocken tupfen und klein schneiden. Den Mais mit allen Zutaten vermengen. Den Essig mit Olivenöl sowie Salz, Zucker und Pfeffer verrühren und über den Salat geben. Den Schafskäse zerbröseln und unter den Salat heben. Die Reismudeln zusammen mit dem Hähnchen auf Tellern anrichten und mit dem Salat servieren.

Anastasia Grammenoudi am 12. März 2014