

Rucola-Erdbeer-Salat mit Hähnchen-Brust und Ziegenkäse

Für zwei Personen

2 Hähnchenbrüste, à 150 g	250 g Rucola	1 Knoblauchzehe
200 g frische Erdbeeren	1 Zitrone	1 Ziegenfrischkäserolle
2 EL Pinienkerne	3 EL Honig	$\frac{1}{2}$ Bund Petersilie
2 EL Estragonsenf	50 ml weißer Balsamicoessig	50 ml Sonnenblumenöl
Butter, Salz, Pfeffer		

Den Backofen auf 150 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Die Hühnerbrüste waschen und trocken tupfen. Eine Pfanne mit etwas Sonnenblumenöl erhitzen und das Fleisch darin anbraten. Anschließend einen Esslöffel Butter und die Knoblauchzehe in die Pfanne geben und alles zusammen für 20 Minuten in den Backofen geben. Eine Pfanne erhitzen und die Pinienkerne darin ohne Fett rösten. Den Rucola waschen und trocken tupfen. Die Zitrone halbieren und auspressen. Den Ziegenkäse in einer Schüssel glatt rühren und mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Ziegenkäsemasse anschließend zu Bällchen formen und im Kühlschrank kaltstellen. Die Erdbeeren waschen, trocken tupfen, vierteln und mit dem Rucola in einer Schüssel vermengen. Für die Vinaigrette den Essig, den Senf, den Honig und Sonnenblumenöl vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Hühnerbrust aus dem Ofen nehmen und in Scheiben schneiden. Den Salat zusammen mit dem Hähnchenfleisch auf einem Teller anrichten. Mit den Ziegenkäsebällchen sowie den Pinienkernen garnieren und servieren.

Mario Hinterholzer am 09. Juli 2013