

# Kürbis-Orangen-Salat mit Hähnchen

## Für zwei Personen:

1/2 Hokkaido-Kürbis, gewürfelt	100 ml Sonnenblumenöl	1 EL Ingwer
1 EL Honig	1 EL Sojasoße	1 EL Walnussöl
2 EL Olivenöl	3 Zitronen, Saft	3 Schalotten, gewürfelt
1 Msp. frische Chili	2 Hähnchenbrüste mit Haut	Salz, Pfeffer
2 EL Sonnenblumenöl	1 TL Currypulver	

## Zum Garnieren:

geröstete Walnüsse, Kürbiskerne	Orangenfilets	Koriander
---------------------------------	---------------	-----------

Das Sonnenblumenöl im Topf erhitzen, Ingwer, Schalotten, Chili braun werden lassen und den Kürbis dazu geben, kurz anschwitzen und auf ein Blech zum Herunterkühlen geben. In einer Schüssel die restlichen Zutaten vermengen und den Kürbis hineingeben, mit Salz, Pfeffer würzen.

Die Hähnchenbrüste mit Salz, Pfeffer und dem Currypulver vermengen und in einer Pfanne auf der Hautseite scharf im Öl anbraten. Dann umdrehen und bei geringer Hitze so lange ziehen lassen, bis die Brust durch aber immer noch saftig ist.

Die Brust in Tranchen schneiden und auf den Kürbissalat geben. Mit gerösteten Walnüssen und Kürbiskernen dekorieren. Mit Orangenfilets und Koriander verfeinern.

Alexander Wulf am 29. Oktober 2024