

Juni 2014

Chicken-Toast mit Ananas

Rezept für 4 grosse Toasts, zu Salat serviert ein Hauptgericht

VORBEREITUNGEN:

➤ 4 grosse Toastbrotsscheiben im Ofen oder im Toaster rösten

BELAG:

2 grosse Pouletbrüstli

in 1 ½ cm grosse Würfel schneiden

wenig Curry, Fleischwürze, Salz, Pfeffer

Poulet damit würzen

1 EL Bratfett oder Öl

in einer Pfanne erhitzen, danach die Pouletwürfel darin knusprig braten, auf einem Teller auskühlen lassen, Pfanne mit Haushaltspapier abtupfen

3 frische Ananasringe, in Stücken
wenig Butter

in derselben Pfanne kurz braten, ebenfalls auskühlen lassen

BELAG:

2 EL Sonnenblumenöl

2-3 EL Mayonnaise

1 TL Curry, Schärfe nach Belieben

1 TL flüssiger Honig

Salz, Pfeffer

zusammen gut mischen

1 kleines Rübli, fein gehobelt

1 rote Chilischote, in feinen Streifen

4 grosse Salatblätter

bereitstellen

ANRICHTEN:

Wenig Sauce auf die getoasteten Brotscheiben streichen, danach überall ein Salatblatt darauf legen, die restlichen festen Zutaten in einer Schüssel vorsichtig mischen, auf dem Salattoast verteilen und mit der restlichen Sauce (DIP) beträufeln, sofort servieren.

TIPP:

Anstelle der Pouletbrüstchen Resten oder Teile eines Grillhähnchens verwenden.