

Salat mit Chili-Huhn

Zutaten:

- 1 Weizentortilla
- 2 EL Olivenöl
- 1,5 TL Guajillo-Chillipulver
- 1 Knoblauchzehe
- 0,5 Limette
- 200g Seidentofu
- Salz
- Pfeffer
- 3 Römersalatherzen
- 0.5 Bund Koriander
- 1 Hähnchenbrustfilet



Zubereitung:

Tortillafladen in sehr feine Streifen schneiden, auf ein Backblech legen und im vorgeheizten Backofen bei 200 °C (Umluft: 180 °C, Gas: Stufe 3) in ca. 12 Minuten knusprig backen. Herausnehmen und abkühlen lassen.

Olivenöl in einem kleinen Topf mit dem Chilipulver erhitzen, bis es leicht zu brodeln beginnt. Vom Herd nehmen und abkühlen lassen.

Knoblauch schälen, Limette auspressen. Tofu, Knoblauch, Limettensaft und die Hälfte des Chiliöls in ein hohes Gefäß geben. Mit dem Stabmixer fein pürieren, salzen und pfeffern. Wenn die Sauce etwas zu dick sein sollte, mit 1-2 EL Wasser verdünnen.

Salat putzen, waschen, trockenschleudern und in Streifen schneiden.

Koriander waschen, trockenschütteln, Blätter abzupfen.

Hähnchenbrustfilet abspülen, trockentupfen, waagrecht halbieren und zwischen Klarsichtfolie mit einem Fleischklopfert etwas flach klopfen. Anschließend mit dem restlichen Chiliöl einreiben.

Eine Grillpfanne erhitzen und die Hähnchenfilets darin von jeder Seite 3-4 Minuten braten.

Salat mit der Sauce mischen und in eine Schüssel geben. Koriander darüber verteilen.

Hähnchenfleisch in Streifen schneiden, auf den Salat legen. Mit den Tortillastreifen bestreuen und sofort servieren.

Fuego