

# Hähnchensalat mit Rosinen und Pinienkernen

463

**Typ:** Vorspeise

**Quelle:** Tapas-Buch

\*\*\*\*

**Bemerkungen:** 100 g Pinienkerne sind m.E. mehr als genug!

**Zutaten:** Für 6-8 Personen

50 ml Rotweinessig  
25 g Zucker  
1 Lorbeerblatt  
Zesten von 1 unbehandelten Zitrone  
175 g Rosinen  
4 große Hähnchenbrustfilets à 125g  
5 EL Olivenöl  
1 Knoblauchzehe, fein gehackt  
150 g Pinienkerne  
Salz und Pfeffer  
75 ml natives Olivenöl extra  
1 Bund glatte Petersilie, fein gehackt

**Rezept:** Für das Dressing Essig, Zucker, Lorbeerblatt und Zitronenzesten in einem kleinen Topf aufkochen, dann vom Herd nehmen. Die Rosinen einrühren und abkühlen lassen.

Die Hähnchenbrustfilets quer zur Faser in dünne Scheiben schneiden. Das Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen, das Hähnchen hineingeben und bei mittlerer Hitze 8-10 Minuten braten, dabei häufig umrühren. Das Fleisch sollte goldbraun aussehen. Knoblauch und Pinienkerne zugeben und unter gelegentlichem Rütteln der Pfanne anbräunen (Vorsicht: nicht zu heiß, sonst wird Knoblauch bitter.). Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Lorbeerblatt und Zitronenzesten aus dem Dressing entfernen und das Dressing in eine große Schüssel geben. Das native Olivenöl extra zugeben und verquirlen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Option: Hähnchenbrüste vorher 1 Tag marinieren (Dez 09):  
Orangenschale, Orangensaft, Sojasauce, Sherry  
gute Menge Ras el Hanout  
frisch gemahlene Mischung: Kreuzkümmel, Schwarzkümmel, Koriander,  
Kardamom

Die Hähnchenmischung und die Petersilie zugeben. Alles gut durchmischen und direkt warm servieren oder abdecken und vor dem Servieren für 2-3 Stunden in den Kühlschrank stellen.

**Tipp**

Besonders aromatische, feine Rosinen werden in Malaga produziert. Sie sind im gut sortierten Feinkosthandel erhältlich.