
Typ: Salat **Quelle:** Brigitte ***

Bemerkungen: Aug 2012: Hähnchenwürfel mit Curry würzen. Tomatenwürfel zusätzlich mit Ringen von Frühlingszwiebeln ziehen lassen. Avocadowürfel mit Zitronensaft würzen.

Zutaten: Zutaten für 6 Portionen

- 1 Bio-Zitrone
- Salz
- 1 Lorbeerblatt
- 5 schwarze Pfefferkörner
- 400 Gramm Hähnchenbrustfilet (am besten Bio)
- 100 Gramm Frühstücksspeck (Bacon; am besten Bio)
- 3 hart gekochte Eier
- 2 große Fleischtomaten
- 2 reife Avocados
- 150 Gramm Feta-Schafkäse
- 50 Milliliter Olivenöl
- 3 EL Sherryessig
- frisch gemahlener Pfeffer
- 1 TL Honig
- 250 Gramm Eisbergsalat
- 100 Gramm Rauke
- 1 Bund Basilikum

Rezept: Zitrone heiß abspülen, Schale dünn abschälen und mit 1/2 l Wasser, Salz, Lorbeer und Pfefferkörnern aufkochen. Fleisch abspülen, hineingeben und im geschlossenen Topf bei mittlerer Hitze 15 Minuten kochen. Fleisch abkühlen lassen und würfeln.

Den Speck in einer beschichteten Pfanne bei kleiner Hitze knusprig braten. Auf Küchenkrepp abkühlen lassen. Eier schälen und vierteln. Tomaten eventuell mit einem Sparschäler schälen, Stielansatz entfernen, das Fruchtfleisch entkernen und würfeln. Avocados halbieren, entsteinen und das Fruchtfleisch würfeln. Feta würfeln. Öl, Essig, Salz, Pfeffer und Honig verrühren.

Hähnchen-, Avocado- und Tomatenwürfel getrennt mit je 2 EL Salatsoße mischen. Eisberg und Rauke putzen, abspülen, trocknen und in Stücke zupfen. Mit 2 EL Salatsoße mischen und in einer breiten Schale anrichten. Basilikumblätter darüberstreuen.

Vorbereitete Zutaten auf dem Salat anrichten. Mit der restlichen Salatsoße beträufeln.