

Kleine Leckereien schnell gemacht

Lauwarmer Antipasti-Gemüse-Salat mit Hühnerbrust und frischen Kräutern

Zutaten für 2 Portionen

150 g Hühnerbrust
1 rote Zwiebel
Je 1 gelbe und rote Paprikaschote
1 Knoblauchzehe
100 g Austernpilze
1 Zweig Rosmarin
4 Kirschtomaten
2 Zweige Basilikum
2 EL Olivenöl
Etwas Honig und hellen Balsamicoessig

Zubereitung

Das Gemüse waschen und dann in grobe Streifen oder Würfel schneiden.
Die Knoblauchzehe hacken und die Nadeln vom Rosmarin abzupfen.
Hühnerbrust mit Salz und Pfeffer würzen und in der Pfanne von allen Seiten gut anbraten.

Das Gemüse mit Olivenöl, Salz und Pfeffer, Knoblauch und Rosmarin abschmecken und vermengen, auf ein Backblech geben, im Ofen bei 170 Grad Umluft ca. 20 Minuten garen.

Die Hühnerbrust mit dem Gemüse im Ofen ca. 10 Minuten weiter garen lassen.

Nach der Garzeit das Gemüse noch mal abschmecken und mit etwas Honig und Balsamico verfeinern. Die Brust in Würfel oder Scheiben schneiden, auf dem Salat anrichten und mit Basilikum und Kirschtomaten garnieren.

Guten Appetit