



ROSMARIN-HÄHNCHENBRUST

auf Caesar-Salat mit selbst gemachten Croutons

EXTRA FLEISCH

Rosmarin-Hähnchen



Hähnchenbrustfilet



Ciabatta



Zitrone



Tomate



Rosmarin



Salatherz (Romana)



Knoblauchzehe



mittelscharfer Senf



Hartkäse ital. Art



Mayonnaise



25 Minuten

Stufe 1

Tag 1-3 kochen

Platziere dank Hello Extra die doppelte Menge duftendes Rosmarin-Hähnchen auf dem weltbekannten Caesar-Salat, der übrigens zwei Küchen geschickt miteinander kombiniert. Die italienischen Komponenten Knoblauch, Olivenöl und Hartkäse verbinden sich mit Mayonnaise und Senf zu einem Klassiker der amerikanischen Dressings. Nicht fehlen dürfen natürlich knusprige, selbstgemachte Croutons, die für den richtigen Biss in diesem Sommergericht sorgen.

LOS GEHT'S

Wasche **Gemüse**, **Kräuter** und **Fleisch** ab und tupfe das **Fleisch** mit **Küchenpapier** trocken.
Zum Kochen benötigst Du **Backpapier**, ein **Backblech**, **1 große Schüssel**, eine **Gemüsereibe** und **1 große Pfanne**.



1 CROUTONS ZUBEREITEN

Heize den **Backofen** auf **220 °C** Ober-/Unterhitze (**200 °C** Umluft) vor.

Ciabatta in ca. 1 cm große Würfel schneiden. **Ciabattawürfel** auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben und mit **Olivenöl***, **Salz*** und **Pfeffer*** mischen.

Ciabattawürfel für 5 – 8 Min. im Backofen backen, bis sie goldbraun sind.

Anschließend kurz abkühlen lassen und **Croutons** in eine kleine Schüssel füllen.



4 SALAT VORBEREITEN

Schale der **Zitrone** abreiben und **Zitrone** anschließend halbieren.

Hartkäse fein reiben.

Knoblauch abziehen und ebenfalls reiben.

Salatherz längs halbieren und in ca. 1 cm breite Streifen schneiden.

Tomate halbieren, Strunk entfernen und **Tomatenhälften** in 1 cm große Würfel schneiden.



2 HÄHNCHEN WÜRZEN

Rosmarinnadeln abzupfen, grob hacken und in die große Schüssel geben.

Hähnchenbrust darin mit **Öl***, **Salz*** und **Pfeffer*** würzen.



5 FÜR DAS DRESSING

In einer großen Schüssel **Mayonnaise**, **Senf**, die **Hälfte** des geriebenen **Hartkäses**, **Zitronenabrieb** und **Knoblauch**, 1 EL [1½ EL|2 EL] **Zitronensaft**, **Olivenöl*** und **Wasser*** zu einem **Dressing** verrühren und mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.

★ **TIPP:** Das Salatdressing kannst Du auch *super in einem verschließbaren Einmachglas herstellen und direkt aufbewahren!*



3 HÄHNCHEN ANBRATEN

Eine große Pfanne auf mittlerer Stufe ohne weitere Fettzugabe erwärmen und **Rosmarin-Hähnchen** je Seite 2 – 3 Min anbraten.

Anschließend für 5 – 8 Min. in den Backofen geben.

★ **TIPP:** Zum Fertigaren des Hähnchens im Backofen kannst Du einfach das Backblech und Backpapier der Croutons verwenden.



6 ANRICHTEN

Salatstreifen, **Tomatenwürfel** und **Croutons** zum **Dressing** geben und gut vermischen.

Hähnchenbrust in Streifen schneiden.

Salat auf Teller anrichten, **Hähnchenstreifen** darauf anrichten, restlichen **Hartkäse** um das **Hähnchen** geben und genießen.

2 - 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Hähnchenbrustfilet	560 g	840 g	1120 g
Ciabatta 1)	½ ☉	¾ ☉	1
Zitrone ES AR	1	1½ ☉	2
Tomate NL PL	1	2	2
Rosmarin (Zweig) DE	1	1½ ☉	2
Salatherz (Romana)	2	4	4
Knoblauchzehe ES	1	2	2
mittelscharfer Senf 4)	20 ml	40 ml	40 ml
Hartkäse ital. Art 2) 5)	20 g	40 g	40 g
Mayonnaise 2) 4)	20 ml	40 ml	40 ml
Olivenöl*	je 1 EL	je 1½ EL	je 2 EL
Öl*	½ EL	¾ EL	1 EL
Wasser*	25 ml	35 ml	50 ml
Salz*, Pfeffer*	nach Geschmack		

* Gut, im Haus zu haben.

☉ Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig.

DURCHSCHNITTLICHE NÄHRWERTE PRO	100 g	PORTION (ca. 650 g)
Brennwert	532 kJ/127 kcal	3403 kJ/810 kcal
Fett	7 g	41 g
- davon ges. Fettsäuren	2 g	9 g
Kohlenhydrate	7 g	41 g
- davon Zucker	2 g	7 g
Eiweiß	11 g	70 g
Ballaststoffe	1 g	4 g
Salz	1 g	3 g

ALLERGENE

1) Weizen 2) Ei 4) Senf 5) Milch

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

URSPRUNGSLÄNDER

AR: Argentinien, DE: Deutschland, ES: Spanien, NL: Niederlande, PL: Polen

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-C129012).

#HelloFreshDE

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 224 03 04 59 | kundenservice@hellofresh.de
AT +43 (0) 720 816 005 | kundenservice@hellofresh.at

Guten Appetit!