

Rezept des Monats

April

Hühnersalat

100 g getrocknete Mangos oder Ananas

4 EL Balsamessig

4 EL Kürbiskernöl

500 g Hühnerfleisch

1 Tasse Basmatireis



300 g Erbsen oder Mais

5 EL Salatcreme

3 EL Sahne

1 TL Mango-Chutney



Die Trockenfrüchte klein schneiden und mit 3 EL Balsamessig und 1 EL Kürbiskernöl mehrere Stunden marinieren.

Das gekochte Hühnerfleisch in Würfel schneiden.

Reis in zwei Tassen Wasser kochen.

Gefrorene Erbsen müssen blanchiert werden, Dosenerbsen können direkt verwendet werden.

Aus Essig, Öl, Majonaise, Sahne und Chutney eine sämige Soße rühren.

Alle Zutaten vermischen und den Salat durchziehen lassen.

Gutes Gelingen!