



BLATTSALATE MIT HÄHNCHENFILET UND HEIDELBEERDRESSING

Zutaten:

für 5 Portionen:

- 250 g Heidelbeeren
- 1 EL Zitronensaft
- Salz und Pfeffer
- 1 TL Zucker
- 1 TL mittelscharfer Senf
- 3 EL Himbeeressig (oder Balsamico rosso)
- 2 EL Pinienkerne
- 120 g Feldsalat
- 1 kleiner Kopf Radicchio
- 120 g Ziegen- oder Schafskäse

Die Heidelbeeren waschen, 200 g davon mit Zitronensaft und 1 EL Wasser pürieren, durch ein feines Sieb streichen und kalt stellen. Aus Zucker, Salz, Pfeffer, Senf, Essig und 4 EL Olivenöl bereite ich ein Dressing zu. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten und abkühlen lassen. Das Hähnchenfilet in schmale Streifen schneiden, 2 EL Öl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch scharf anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und warm stellen. Die Salate waschen und putzen. Den Radicchio schneide ich in schmale Streifen und mische ihn mit dem Feldsalat. Den Salat mittig auf 5 Teller verteilen, die Hähnchenstreifen darauflegen und mit Pinienkernen bestreuen. Dann verteile ich das Dressing auf die Salate und zerbröckele den Käse darüber. Zum Schluss dekoriere ich die Heidelbeercreme und die restlichen Heidelbeeren auf den Salattellern. Dazu passt sehr gut Baguette.