2A Meat

Erdbeer-Avocado-Hähnchensalat

Zubereitungszeit
20 minuten

Portionen
Voor 1 persoon

Zubereitungsart

1. Eine Marinade aus Olivenöl, Knoblauch, Balsamicoessig, Limettensaft, Pfeffer und Salz herstellen. Das Hähnchen mit der Hälfte der Marinade einreiben und 10 Minuten stehen lassen. Eine Grillpfanne gut erhitzen und das Hähnchen auf beiden Seiten ca. 3-5 Minuten goldbraun und gar grillen. Etwas abkühlen lassen.
2. Salat, Erdbeeren und Avocado auf einem Teller verteilen. Das Hähnchen in Stücke schneiden und über den Salat verteilen. Mit dem Rest der Marinade würzen. Mit Minze garnieren.

Zutaten

- [ ] 120-150 g Hähnchenfilet
- [ ] 100 g Kopfsalat, Blätter klein zerrissen
- [ ] 100 g Erdbeeren, halbiert
- [ ] ½ Avocado, in Stücken
- [ ] ½ Knoblauchzehe, gepresst
- [ ] 2 TL Limettensaft
- [ ] 2 EL Olivenöl
- [ ] 1 EL Balsamicoessig
- [ ] Salz
- [ ] Pfeffer
- [ ] Einige Blätter frische Minze

Nährwerte pro Person

Energie	**543 kcal**
Kohlenhydrate	**9 g**
Fett	**40 g**
Eiweiß	**31 g**