

Fruchtiger Sommersalat

[Hauptspeise](#)[Geflügelgerichte](#)[Kalorienarm](#)[Kartoffel](#)[Low Carb](#)[Sommer](#)**ZUBEREITUNG****SCHWIERIGKEIT:**

Blattsalat waschen und trocknen, anschließend in Stücke zupfen. Beeren waschen und wenn nötig in Scheiben schneiden. In einer Pfanne Butter zerlassen, Huhn mit Salz und Pfeffer würzen und langsam auf beiden Seiten gold-braun braten.

Für das Salatdressing Öl, Aceto Balsamico und Senf zu einem Dressing mixen, salzen und pfeffern. Salatblätter, Beeren und Orangenspalten mit dem Dressing in einer großen Schüssel mischen und auf Tellern anrichten. Das Hühnerbrustfilet in Scheiben schneiden und auf dem Salat verteilen. Dazu passt Weißbrot.

**ZUTATEN**

360 g gemischten Blattsalat

200 g gemischte Beeren

2 EL Butter

300 g Hühnerbrustfilet

6 EL Kronenöl

3 EL Aceto Balsamico

1 El Senf mittelscharf

Salz

Pfeffer

Orangenspalten