



Genuss-Rezept

Hähnchen Salami Sticks auf Rucola

Zutaten für 4 Personen

300 g	Gutfried Hähnchen-Salami
200 g	Rucolasalat
10	Cherrytomaten
1 TL	Zucker
3 EL	Olivenöl
	Saft von einer Limette
1 Bund	Minze
	Meersalz & Pfeffer aus der Mühle



Zubereitung

Die Hähnchen Salamischeiben aufrollen und mit einem Zahnstocher zusammenstecken.

Die Cherrytomaten waschen und halbieren, mit Limettensaft, Zucker und den Minzeblättern in einer Pfanne in Olivenöl sehr kurz anschwanken. Würzen mit Salz und wenig Pfeffer.

Den Rucolasalat waschen, trocken schleudern und zusammen mit den Cherrytomaten auf einem flachen Teller anrichten.

Zum Schluss die Hähnchen Salami-Sticks dazu geben.

Zubereitungszeit: keine Angaben

Pro Stück: Ca. 399 kcal, 25 g Eiweiß, 5 g Kohlenhydrate, 30 g Fett