



# TREFFPUNKTSÜD

KINDER- & TEENIEZENTRUM DER STADT SOEST



## NEUES REZEPT MIT LEONIE: CAESAR-SALAT

## ZUTATEN

1 PCK KIRSCHTOMATEN  
1/2 GURKE  
1 PCK FETA  
2 KL SALATHERZEN  
1 KL PCK MAIS  
1/2 HAND VOLL  
SALATCROUTONS  
1 HÄHNCHENBRUSTFILET  
CA 1 HAND VOLL  
KICHERERBSEN  
BRATÖL

**FÜR DAS CAESAR-DRESSING:**  
5 EL NATURJOGHURT  
1 TL SENF  
1 TL HONIG  
1/2 TL KNOBLAUCHSAUCE/ 1/2  
KNOBLAUCHZEHE  
(KLEINGEHACKT)  
SALZ UND PFEFFER

**1. ZUTATEN FÜR DAS DRESSING ZUSAMMENGEHEN UND GRÜNDLICH VERRÜHREN**

**2. GEMÜSE WASCHEN, KLEINSCHNEIDEN UND ALLES BIS AUF DIE KICHERERBSEN IN EINE SCHÜSSEL GEBEN (MIT DEM DRESSING ZUSAMMEN)**



**3. HÄHNCHENBRUST MIT ÖL ANBRATEN, MIT SALZ UND PFEFFER WÜRZEN UND IMMER WIEDER WENDEN (NIEDRIGSTE STUFE, CA. 10 MIN.)**

**4. NACH 5 MIN KICHERERBSEN IN DIE PFANNE DAZUGEBEN**

**5. FLEICH KLEINSCHNEIDEN UND ZUSAMMEN MIT KICHERERBSEN UND CROUTONS ZUM RESTLICHEN SALAT DAZUGEBEN**





**FERTIG,  
GUTEN APPETIT!**