

Selleriesalat mit Trauben

Zutaten für 4 Personen

Zubereitungszeit 15 Minuten

Schwierigkeit einfach

Zutaten

200 g Sellerie
1 Apfel
40 g Walnüsse
100 g Grüne Weintrauben
50 g Felsalat
150 g Hähnchenbrustfilet
1 TL Rohrzucker oder Kokosblütenzucker
50 g Schmand
1 EL Zitronensaft
3 EL Macadamianussöl
1 EL Weißweinessig
2 Prise Salz und Pfeffer
1 EL Kokosöl oder Kokosfett



Zubereitung

Hähnchenbrustfilet in Kokosöl braten, salzen und pfeffern, in dünne Streifen schneiden und abkühlen lassen. Felsalat gründlich waschen und abtropfen lassen. Sellerie und einen Apfel waschen und in feine Streifen schneiden oder raspeln. Weintrauben ebenfalls waschen und halbieren. Walnüsse mit Felsalat, Sellerie, Apfel und Weintrauben in eine Salatschüssel geben. Das Hähnchenfleisch unterheben. Für das Dressing Zucker, Schmand, Zitronensaft, Macadamianussöl, Weißweinessig, Salz und Pfeffer vermischen und kurz vor dem Servieren über den Salat geben.