

Caesar Salad mit marinierten Hähnchenstreifen frischen Kirschtomaten und Croûtons

5 Minuten • 1500 kJ/358 kcal • Tag 2 kochen • Mikrowelle erforderlich

703



Salatherz (Romana)



Croûtons



Caesar Dressing



Hartkäse geraspelt



Kirschtomaten



Hähnchenstreifen in
Thymian-Rosmarin-
Marinade



- Ohne künstliche Farbstoffe
- Ohne künstliche Aromen
- Ohne hinzugefügte Glutamate

Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

Was Du benötigst

Mikrowelle, mikrowellenfestes Geschirr

Zutaten 2 Personen

	2P
Salatherz (Romana) DE	2
Kräuter-Croûtons 15	40 g
Caesar Dressing 7) 8) 9)	70 ml
Hartkäse geraspelt 7) 8)	20 g
Kirschtomaten	125 g
Hähnchenstreifen in Thymian-Rosmarin-Marinade	100 g

*Gut, im Haus zu haben

**Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig

Durchschnittliche Nährwerte pro

(Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)

	100 g	Portion (ca. 320 g)
Brennwert	472 kJ/113 kcal	1500 kJ/358 kcal
Fett	6,86 g	21,79 g
– davon ges. Fettsäuren	1,32 g	4,18 g
Kohlenhydrate	6,60 g	20,97 g
– davon Zucker	1,86 g	5,89 g
Eiweiß	6,28 g	19,95 g
Salz	0,543 g	1,724 g

Bitte beachte, dass die Nährwertangaben auf der Rezeptkarte aufgrund natürlicher Schwankungen und kurzfristiger Produktänderungen abweichen können. Maßgeblich sind allein die Nährwertinformationen auf den Produktverpackungen.

Allergene: 7) Milch (einschließlich Laktose) **8)** Eier **9)** Senf **15)** Weizen

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

Ursprungsländer: DE: Deutschland

1



Vorbereitung für 1 Portion

Die Hälfte der **Hähnchenstreifen** in **Thymian-Rosmarin-Marinade** auf mikrowellenfestem Geschirr 1 Min. bei 700 W in der Mikrowelle garen.

Vorbereitung für 2 Portionen

Hähnchenstreifen in **Thymian-Rosmarin-Marinade** auf mikrowellenfestem Geschirr 1 Min. bei 700 W in der Mikrowelle garen.

2



Zubereitung für 1 Portion

In der Zwischenzeit die Hälfte der **Salatherzen** in grobe Stücke zupfen oder schneiden. Die Hälfte der **Kirschtomaten** halbieren.

Zubereitung für 2 Portionen

In der Zwischenzeit **Salatherzen** in grobe Stücke zupfen oder schneiden. **Kirschtomaten** halbieren.

3



Anrichten für 1 Portion

Salat mit den **Hähnchenstreifen** und der Hälfte des **Dressings** vermengen.

Kirschtomaten und **Kräuter-Croûtons** nach Belieben darauf anrichten und mit der Hälfte des **geraspelten Hartkäses** garnieren.

Anrichten für 2 Portionen

Salat mit den **Hähnchenstreifen** und dem **Dressing** vermengen.

Kirschtomaten und **Kräuter-Croûtons** nach Belieben darauf anrichten und mit dem **geraspelten Hartkäses** garnieren.

Guten Appetit