

Hähnchen-Balsamico

- italienisches Salatdressing (plus 2 EL extra)
- 3 Esslöffel Balsamico-Essig
- 1,5 Esslöffel Honig
- 1/8 Esslöffel Chiliflocken oder Chillisauce
- Hähnchenbrust
- 2 Esslöffel Olivenöl
- grüne Bohnen, Karotten, Kirschtomaten

Zubereitung

- Salatdressing mit Balsamico-Essig, Honig und Chiliflocken vermischen
- Hähnchenbrust mit Salz und Pfeffer würzen und in Olivenöl ca. 6-7 Minuten anbraten. Die Hälfte der Sauce hinzugeben, miteinander vermischen und das Hähnchen aus der Pfanne nehmen.
- Grüne Bohnen und Karotten mit Salz und Pfeffer würzen und bissfest garen. Gemüse zum Hähnchen geben.
- restliche Sauce in die Pfanne ca. 1 Minute einkochen lassen. Die Tomaten in der Soße schwenken und mit dem Hähnchen und dem Gemüse auf einer Platte anrichten.

