



## Hähnchen und Feta auf Risonisalat

mit gerösteten Cashews und Limette



ca. 25min



2 personen

Wenn es heute ein bisschen zackiger gehen soll, ist dieser frische, mexikanisch angehauchte Salat genau dein Ding! Aus reisförmigen Risoni-Nudeln zauberst du eine nahrhafte Basis, die mit knackigem Eisbergsalat, frischen Tomaten und einem cremig-limettigen Dressing aufgepeppt wird. Obenauf thront pikant angebratene Hähnchenbrust, die mit Feta und angerösteten Cashews überhäuft auch gar nicht lange auf deine Gabel warten muss!



### Wat je van ons krijgt

- 200g risoni <sup>1</sup>
- 1 kipfilet
- 1 zakje Mexicaanse kruidenmix
- 2 1 tomaat
- 1 bosui
- 25g cashewnoten <sup>15</sup>
- 1 limoen
- 1x slamelange: ijsbergsla
- 50g feta <sup>7</sup>

### Wat je thuis nodig hebt

- 2el mayonaise <sup>3</sup>
- peper en zout
- suiker
- 35ml olijfolie

### Kookgerei

- middelgrote kookpan
- middelgrote koekenpan
- citruspers
- zeef of vergiet

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

### Allergenen

gluten (1), eieren (3), melk (7), noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

### Voedingswaarde per portie

calorieën 940kcal, vet 46.3g, koolhydraten 87.2g, eiwit 43.0g



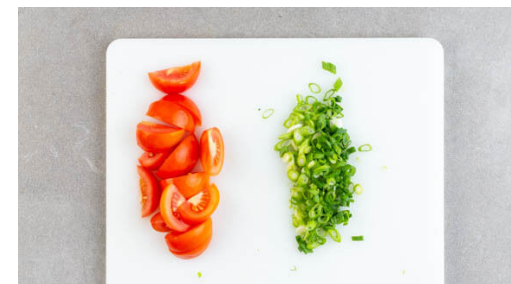
#### 1. Pasta kochen

In een middelgrooten Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Die **Pasta** in das kochende Wasser geben und in 7-9Min. bissfest kochen. In ein Sieb abgießen, mit kaltem Wasser abschrecken und abtropfen lassen.



#### 2. Fleisch braten

Das **Fleisch** trocken tupfen, dann mit der **1/2 der Gewürzmischung**, 1 Prise Salz und 1EL Olivenöl einreiben. In einer mittelgroßen Pfanne bei mittlerer Hitze in 13-15Min. gar braten, dabei gelegentlich wenden. Das **Fleisch** herausnehmen und die Pfanne aufbewahren.



#### 3. Gemüse schneiden

Die **Tomaten** in dünne Spalten und die **Lauchzwiebel** in dünne Ringe schneiden.



#### 4. Nüsse anrösten

Die **Cashews** mit **1/2TL Gewürzmischung** sowie 1TL Olivenöl vermengen und in der Pfanne bei mittlerer Hitze 2-3Min. goldbraun anrösten. **Vorsicht**, sie können schnell zu dunkel werden. Zum Abkühlen aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen.



#### 5. Dressing anrühren

Die **Limette** halbieren und auspressen. **2EL Limettensaft** mit der **restlichen Gewürzmischung**, 2EL Mayonnaise, 1EL Olivenöl, 1/2TL Salz sowie je 1 Prise Pfeffer und Zucker zu einem **Dressing** verrühren.



#### 6. Fleisch schneiden

Das **Fleisch** gegen die Faser in Streifen schneiden. Die **Tomaten**, die **Salatmischung** und das **Dressing** unter die **Pasta** heben. Den **Risonisalat** mit Salz und Pfeffer abschmecken, auf Teller verteilen und das **Fleisch** darauf anrichten. Den **Feta** darüber zerkrümeln, dann mit den **Lauchzwiebeln** und den **Cashews** garnieren und servieren.