



Hähnchenspieß vom Grill mit einem grünen Salat mit Mango

Zutaten für die Grillspieße:

4	Holzspieße, vorher einige Zeit in Wasser gelegt
2	Hähnchenbrustfilets
1	Mango
1 Glas	Chakalaka Dip*
50 ml	Alba-Öl*
1 Flasche	BBQ-Sauce Mango-Paprika Sauce*

Zutaten für den Salat:

1	Eisbergsalat
2	Tomaten, gewürfelt
½	Mango, in kleine Stücke geschnitten

für das Dressing:

1 EL	Chili-Senf (oder Teufel-Senf)*
4 EL	Zitrone auf Olivenöl (oder Sesamöl)*
3 EL	Crema di Frutta Mango*
1 Prise	Zitronen-Pfeffer*

Zubereitung der Hähnchenspieße:

2-3 EL Chakalaka-Dip mit etwas Wasser einweichen, mit Alba-Öl auffüllen und ziehen lassen. Die Hähnchenbrustfilet in Würfel schneiden gut mit der Marinade bestreichen und mehrere Stunden ruhen lassen.

Danach die Hähnchenbrust und die, ebenfalls in Würfel geschnittene, Mango abwechselnd auf die Spieße stecken und auf dem Grill von allen Seiten kurz anbraten. Während des Grillens einige Male die Spieße mit der Marinade bestreichen.

Zubereitung des Salat:

Alle Dressingzutaten aufschlagen und etwas ziehen lassen. Den Eisbergsalat in schmale Streifen schneiden, die Tomaten- und Mangostücke darüber verteilen und das Dressing über den Salat geben.

Die BBQ-Sauce 'Mango-Paprika' und den grünen Salat mit Mango dazu reichen.

**Diese Produkte können Sie bei uns kaufen.*

Die Öle und der Essig werden immer frisch für Sie abgefüllt.