

# El Stefano

## Koch aus Leidenschaft

[www.el-stefano.de](http://www.el-stefano.de)

## Geflügelsalat

### Zutaten für 4 Personen

- 1 halbes gekochtes Hähnchen
- 150 g blaue, kernlose Weintrauben
- 6 Esslöffel Mayonnaise
- 1 mittelgroßer Apfel
- 1 Zitrone
- 1 Bund Petersilie
- 1 kleine Dose Mini Champignons
- 1 kleines Glas Spargelabschnitte
- 3 kleine Dose Mandarin - Orangen
- 1 Kopfsalat oder Salatherzen
- 1 Esslöffel Worcestersauce
- Salz, Pfeffer, Spargelsaft



## Zubereitung (ca. 25 Minuten)

Schneiden Sie das Fleisch in Streifen von 4 Zentimeter Länge. Schneiden Sie die Weintrauben in Hälften und heben Sie ein paar für die Garnierung auf. Geben Sie das Fleisch in eine verschließbare Schüssel.

Schälen, vierteln und entkernen Sie die Äpfel und schneiden Sie daraus Würfel. Geben Sie die Äpfel mit den abgossenen Pilzen, Mandarin-Orangen, Spargel und der Worcestersauce in die Schüssel und würzen Sie mit Salz und Pfeffer. Mischen Sie alles gut durch.

Hacken Sie die Petersilie klein und geben diese mit der Mayonnaise, etwas Spargelsaft und dem Zitronensaft zum Geflügelsalat. Heben Sie zum Schluss vorsichtig die Weintrauben unter und stellen Sie den Salat für ein paar Stunden in den Kühlschrank. Schmecken Sie den Salat vor dem Servieren nochmals ab.

Vor dem Servieren waschen Sie den Salat und legen mit den Blättern eine Schüssel oder einen kleinen gläsernen Pokal aus, füllen den Geflügelsalat hinein und dekorieren ihn mit ein paar Weintrauben.

Dazu passt krosses Toastbrot oder frisches Baguette.

### Tipps

- Nehmen Sie gegrilltes Hähnchen, dann haben Sie noch mehr Pep durch die Würzmarinade des Grillhähnchens (*und Sie können vorher noch die knusprige Haut essen*).
- Lassen Sie die Pilze weg, oder schneiden Sie noch eine kleine Chilischote hinein.
- Machen Sie das Gericht leichter und verwenden Sie Joghurtmayonnaise.
- Sie können natürlich auch gefrorene Petersilie verwenden und Sojasauce anstatt Worcestersauce.
- Verfeinern Sie den Salat mit 1-2 Esslöffeln Mandarinen Saft oder etwas Zucker.



el Stefano wünscht Guten Appetit!