



ADONIS-SALAT

Zutaten:

250g Hähnchenbrustfilet
1 Zwiebel
1 Salatgurke
3 Tomaten
75g Fetakäse
1 EL Karýkevma (Gyros-Gewürzsalz von Gourmet Flamand)
Salz, Pfeffer nach Geschmack
Sitia-Crete Olivenöl zum Anbraten (gibt ´s bei Gourmet Flamand)
1 Kaffeelöffel Knovi-Dip von Gourmet Flamand
250g Sahnequark

Zubereitung:

Das Hähnchenbrustfilet zunächst in lange Streifen schneiden und mit dem Karýkevma würzen. Ca. 20 Minuten ziehen lassen. In einer Pfanne mit Olivenöl das Fleisch scharf anbraten und garen. Achtung: nicht zu lange braten. Das Fleisch soll zart bleiben. Jetzt die Zwiebel würfeln oder in ½ Ringe schneiden. Die Salatgurke waschen, längs vierteln und entkernen. In nicht zu dünne Scheiben schneiden. Jetzt die Tomaten vierteln, entkernen und würfeln. Den Fetakäse klein würfeln. Zuletzt das mittlerweile abgekühlte Fleisch würfeln. Alle Zutaten vorsichtig vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Knovi-Dip mit dem Sahnequark verrühren, kurz ziehen lassen. Kurz vor dem Servieren etwas davon auf den Salat geben.