Hähnchen-Döner

Zeit gesamt
40min

Zubereitungszeit
40min

Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Pesto Rosso	60 g
Quark 20 % Fett i.Tr.	100 g
Joghurt, natur	100 g
Salz	
Chili, gemahlen	
Hähnchenbrustfilets	600 g
Paprika, rot	1 St.
Frühlingszwiebeln	1 Bund
Olivenöl	2 EL
Eisbergsalat	300 g
Fladenbrot	1 St.

Zubereitung

Küchenutensilien

mittlere Schüssel, kleine Pfanne, kleine Auflaufform

1. Ofen auf 200 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. In einer Schüssel die Hälfte des Pestos mit Quark und Joghurt verrühren, mit Salz und Chili scharf abschmecken.

2. Hähnchenfilets waschen, trocken tupfen, salzen und mit übrigem Pesto bestreichen. In eine leicht geölte Auflaufform legen und im Ofen ca. 20 Min. backen.

3. Paprika waschen, halbieren, Strunk und Kerne entfernen und in Streifen schneiden. Frühlingszwiebeln waschen, Wurzelansatz entfernen und schräg in Ringe schneiden. In einer Pfanne Olivenöl auf mittlerer Stufe erhitzen und Frühlingszwiebeln mit Paprika ca. 2 Min. anbraten.

4. Salat waschen, trocken schleudern und in Streifen schneiden. Fladenbrot 5 Min. im heißen Ofen mitbacken. Dann vierteln, je eine tiefe Tasche hineinschneiden und etwas Dip hineinstreichen. Hähnchen in Streifen schneiden, Salat, Frühlingszwiebeln und Paprika hineingeben und mit übrigem Dip servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	519 kcal
Kohlenhydrate	36 g
Eiweiß	43 g
Ballaststoffe	3 g
Fette	23 g