

# Enchilada Salat



## Einkaufsliste:

Ca. 4 große Portionen  
(Hauptmahlzeit)

Für das Fleisch:

400g Hähnchenbrust

2TL Paprikapulver

1TL schwarzen Pfeffer

½ TL Curry

1TL Kreuzkümmel

1 Knoblauchzehe

Salz

2EL Olivenöl

1TL Mehl

2 Paprika

200g Tomaten

200g Mais

200g Kidneybohnen

1 Bund Frühlingszwiebeln

50ml Olivenöl

1TL Paprikapulver

½ TL Kreuzkümmel

½ TL Cayennepfeffer

Salz & Pfeffer

Salat nach Belieben

## So wird's gemacht:

Zunächst das Fleisch in kleine Stücke schneiden, Olivenöl, Gewürze und Mehl mit dem Fleisch in eine Schüssel geben, gut vermengen. Pfanne erhitzen, das Fleisch anbraten und von allen Seiten etwa 5-10 Minuten garen.

Tomaten vierteln, Kidneybohnen in ein Sieb geben und kurz abspülen. Zwiebeln dünn schneiden, Paprika würfeln.

Das Olivenöl mit dem Paprikapulver, Cayennepfeffer, Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer hinzugeben und umrühren.

Für die Glasvariante:

2-3 TL von der Olivenöl-Masse in je ein Glas geben, 2 EL Tomatenstücke in das Glas geben, darauf die Paprika und die Kidneybohnen, dann das Fleisch und den Mais, zum Schluss den Salat on top geben.

Für eine Salatschale, alle Zutaten bis auf das Fleisch und die Olivenöl-Masse in eine Schüssel geben, gut vermengen, kurz vor dem Servieren das Fleisch und das Olivenöl auf den Salat geben und servieren.