

Geflügelsalat mit frischen Erdbeeren

pfiffige Vorspeise



Geflügelsalat mit frischen Erdbeeren.

Foto: OGM / Simon

Die Erdbeere hat Hochsaison. Mit tollen Rezeptideen lassen sich schöne Vorspeisen zaubern, die genussvoll das Essen einleiten. Zum Beispiel: Geflügelvorspeise mit frischen Erdbeeren.

Rezept für 4 Personen: 400 g Hähnchenbrust, 1/2 Salatgurke, 1 rote Paprikaschote, 1 Apfel, 200 g Erdbeeren. **Für die Marinade:** 3 EL Geflügelbrühe, 4 EL Öl, 4 EL Zitronensaft, 1 TL Salz, 1 TL grüner Pfeffer, 1/2 TL Zucker. Hähnchenbrust in eine Pfanne mit heißem Fett geben und beide Seiten braten. Restliche Zutaten vorher gut waschen. Salatgurke schälen und in Scheiben schneiden. Apfel und Paprika in Streifen schneiden, Erdbeeren in Scheiben. Die Zutaten für die Marinade miteinander verrühren und ziehen lassen. Alle Zutaten in die Marinade geben und ca. 20 min. ziehen lassen. Dazu Baguette servieren.

Deutsche Erdbeeren sind in der Regel ab Mai erhältlich. Zu den wichtigsten Anbaugebieten Deutschlands gehört Mittelbaden. Vor allem rund um Oberkirch werden mehrere Sorten unter der Betreuung des Obstgroßmarktes Mittelbaden, OGM, erfolgreich kultiviert. Deutsche Erdbeeren bestechen durch Frische und Geschmack. Im Gegensatz zu Importware müssen sie keine langen Transportwege verkraften. Innerhalb von 24 Stunden gelangen die Erdbeeren aus Mittelbaden deutschlandweit auf den Tisch des Verbrauchers. *OGM / Dieter Simon*