

Geflügel Rezepte

Geflügelsalat Mit Joghurt Und Apfelsinen

Gattung: Geflügel, Obst, Salat, Diät, Kalorienarm

3	Apfelsinen	50 g	Spaltmandeln
2	Äpfel	1 Pack. (150 g)	Joghurt
250 g	gekochtes Hühnerfleisch -(ohne Haut)	3 Essl.	Zitronensaft Salz, Pfeffer, Zucker

Apfelsinen schälen, in Scheiben schneiden, Äpfel schälen, halbieren und entkernen.

Hühnerfleisch und Obst in Streifen schneiden.

Mandeln auf einem Backblech im Ofen bräunen, erkalten lassen und hinzufügen.

Joghurt mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer, Zucker verrühren, abschmecken und mit den Salatzutaten vorsichtig vermengen.