Zerzupftes Poulet im Baguette mit Birnen und Chicoreesalat

Schweizer Fleisch
Meine Wahl.

Gesamtzeit: 15 min
Aktivzeit: 15 min
Einfach



Zutaten

für 4 Personen

250 g	Fleisch vom Schweizer Poulet vom Vortag
1	Chicorée
1	reife Birne
1	Orange
2 Zweige	Thymian
3 TL	Zitronensaft
	Salz
	Pfeffer aus der Mühle
1	Baguette, ca. 400 g
2 EL	Olivenöl

Nährwerte

1 Portion enthält ca.:

408	kcal
24 g	Eiweiss
7 g	Kohlenhydrate
60 g	Fett

enthält Gluten
Laktosefrei

Natürliches Tageslicht für unsere Hühner.

Für alle Schweizer Hühnerställe sind Fenster vorgeschrieben, damit die Tiere in ihrem natürlichen Tag-Nacht-Rhythmus leben können.

Zubereitung

1. Poulet klein zupfen. Chicorée putzen und in feine Streifen schneiden, Birne putzen und würfeln, Orange schälen und das Fruchtfleisch klein schneiden. Thymian von den Stielen zupfen.

2. Alles locker vermischen, mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen.

3. Baguette halbieren, in einer Grillpfanne oder im Toaster rösten und mit Olivenöl beträufeln. Pouletsalat gleichmässig darauf verteilen und geniessen.

Schweizer Fleisch

Meine Wahl.

Schweiz. Natürlich.

SUISSE GARANTIE

Erhalte Rezepte, Tipps und spannende Geschichten rund um Schweizer Fleisch auf schweizerfleisch.ch.