

WILDREISSALAT MIT MONTMORENCY KIRSCHEN UND HÜHNCHEN

ZUTATEN:

FÜR DAS DRESSING:

- 1/4 Tasse Olivenöl
- 3 Teelöffel Sojasauce
- 3 Teelöffel Zitronensauce
- 1 ½ Teelöffel gemahlener Ingwer
- 1 Prise schwarzer Pfeffer

FÜR DEN SALAT:

- 180g Reismix aus Langkornreis und Wildreis
- 2 Tassen gewürfelte, gegarte Hähnchenbrüste
- 1 Tasse Zuckerschoten,
quer geteilt und bissfest gekocht
- 1 Tasse getrocknete Montmorency Sauerkirschen

ZUBEREITUNG:

Für das Dressing das Olivenöl, die Sojasauce, den Zitronensaft, den Ingwer und den Pfeffer gut verrühren.

Für den Salat den Reis nach Packungsanweisung garen. Derweil die gegarte Hähnchenbrust mit den Zuckerschoten und den Montmorency Kirschen vermengen, mit Dressing übergießen und erneut vermischen.

Den gekochten Reis etwa 15 Minuten abkühlen lassen, dann unter die Hähnchenmischung rühren.

Vor dem Servieren mindestens eine Stunde in den Kühlschrank stellen.

Ergibt 4 Portionen