

Rezept

Ananas-Geflügel-Salat

Ein Rezept von Ananas-Geflügel-Salat, am 27.06.2026

Zutaten

1 küchenfertiges Brathähnchen (etwa kg)	Salz
1 Lorbeerblatt	1 Bund Suppengrün
250 g Ananasstücke (Dose)	1 Dose Mandarinen (312 g Inhalt)
4 dünne Stangen Staudensellerie	100 g Salatmayonnaise
	150 g Joghurt
2 EL Himbeer- oder Weißweinessig	1 gute Msp. Ingwerpulver
1-2 Cayennepfeffer schwarzer Pfeffer	1-2 TL mildes Currypulver

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 875 kcal

Zubereitung

1. Hähnchen abspülen, in einem Topf mit Wasser bedecken, 2 TL Salz und Lorbeerblatt dazugeben. Suppengrün waschen, putzen, grob schneiden und in den Topf geben. Alles aufkochen und zugedeckt bei schwacher bis mittlerer Hitze 45 Min. kochen. Hähnchen herausnehmen, abkühlen lassen und die Brühe anderweitig verwenden.
2. Hähnchenfleisch von den Knochen lösen, Haut und Fett entfernen. Fleisch in 3 cm große Stücke schneiden, in eine große Schüssel geben. Ananas und Mandarinen abtropfen lassen (5 EL Ananassaft abmessen) und dazugeben. Sellerie waschen, putzen, längs halbieren und in feine Streifen schneiden, zu den Salatzutaten geben.
3. Mayonnaise, Joghurt, Ananassaft und Essig cremig aufschlagen. Mit Ingwer, 1 Prise Cayennepfeffer, Curry, Salz und Pfeffer herzhaft würzen. Das Dressing über die Salatzutaten gießen, untermischen.