

Rezept

Hähnchen-Burger mit Chili-Mayo

Ein Rezept von Hähnchen-Burger mit Chili-Mayo, am 27.04.2024

Zutaten

1-2 kleine rote Chilischoten	120 g Salatcreme
150 g Naturjoghurt	3-4 EL süßsaure Chili-Sauce
Salz	Pfeffer
2 Tomaten	1 kleine Salatgurke
1 Römersalat	4 EL Aceto balsamico bianco
10 EL Olivenöl	4 Hähnchenbrustfilets (à ca. 150 g)
4 Sesam-Burger-Brötchen	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 705 kcal

Zubereitung

1. Die Chilischoten längs halbieren, entkernen, waschen und sehr fein hacken. Mit Salatcreme, Joghurt und Chilisauce in einer Schüssel verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen und zugedeckt kühl stellen. Tomaten und Gurke waschen und in dünne Scheiben schneiden, dabei die Stielansätze der Tomaten entfernen. Den Salat putzen, waschen und trocken schleudern. 8 Blätter beiseitelegen, den Rest in Streifen schneiden. Essig, Salz, Pfeffer und 6 EL Öl zu einem Dressing verrühren. Klein geschnittenen Salat und Gurkenscheiben (bis auf 8 Scheiben) in eine Schüssel geben.
2. Die Hähnchenbrustfilets kalt abbrausen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Das übrige Öl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin auf jeder Seite in 6 - 8 Min. goldbraun braten. Die Brötchen halbieren und die unteren Hälften mit Chili-Mayo bestreichen, mit je 1 Salatblatt und 2 Gurkenscheiben belegen. Je 1 Hähnchenbrust daraufsetzen, Tomatenscheiben und Chili-Mayo darübergeben. 1 Salatblatt darauflegen, erneut Chili-Mayo daraufstreichen und mit den oberen Brötchenhälften abdecken. Das Dressing mit den Salatzutaten mischen. Die Burger mit dem Salat und der übrigen Chili-Mayo servieren.