

polaroid picture

aka schüttelsalat



Die Geschichte

“Schüttel es wie ein Polaroidfoto!” ist ein einfaches Gericht, das ein Feuerwerk auf deiner Zunge auslösen wird. Es ist mein Lieblingsrezept auf meinen Reisen. Schnell, einfach, preiswert und superlecker - als ob da irgendein Reisegaumen nicht befriedigt sein würde?!

Abhängig von deinem derzeitigen Aufenthaltsort kannst du entweder saisonale oder lokale Zutaten verwenden. Dieses Gericht lässt sich beliebig erweitern, außer vielleicht mit roher roter Beete! Das wäre wirklich grenzwertig!



das Rezept

Zutaten

- 150 g Hühnchen, in kleine Stücke geschnitten
- 1 Packung Feta-Käse (ca. 150 g), gewürfelt
- 200 g Gouda-Käse, gewürfelt
- 1 Zwiebel, in Scheiben geschnitten
- 2 Tomaten, gewürfelt
- 1 Avocado, in Scheiben geschnitten

Salz
Pfeffer

tipp: Manchmal nehme ich statt dem Hühnchen Thunfisch für eine fischige Variante. Vegetarier können das Hühnchen einfach weglassen.

Zubereitung

✂ Schneide das Hühnchen in kleine Stücke und brate es in einer Pfanne an.

✂ Schneide Feta, Gouda, Zwiebel, Tomaten und Avocado.

✂ 3. Gib alle Zutaten in ein verschließbares Gefäß und verfeinere alles mit Salz und Pfeffer. Verschließe das Gefäß und schüttel alles für zwei Minuten gut durch.

✂ Lass es für mindestens 15 Minuten ruhen. Die Kombination aus dem Feta-Käse und dem Saft der Tomaten ergibt ein natürliches, leckeres Dressing.

✂ Während der Salat für 15 Minuten “durchzieht”, gönne dir ein Bier.

✂ Genieße den Salat mit einem mit Butter bestrichenen Baguette.