



**Montag:**  
Linsen-Salat  
mit Hühnchen.

**Zutaten:**

**Vorbereitete Zutaten:**

Rote Linsen und Joghurt-Dressing

**Ergänzung:**

1 kl. Römersalat,  
20 g Parmesankäse,  
2 Scheiben Baguette,  
1 Schälchen Kresse,  
etwas Butter

**Zubereitung:**

Die Baguette-Scheiben mit Butter bestreichen und in einer Pfanne von beiden Seiten anrösten (wenn gewünscht).

Anschließend das Hühnchenfleisch aus der Marinade nehmen und ebenfalls anbraten (im Ganzen je Seite ca. 5 Minuten, bei kleinen Stücken insgesamt ca. 5 Minuten).

Den Römersalat in Streifen schneiden und auf einen Teller geben. Die Hälfte der Linsen und etwas Joghurt-Dressing darauf verteilen.

Die Hähnchenbrust ggf. in Streifen schneiden und auf dem Salat zusammen mit etwas Kresse, fein geriebenem Parmesankäse und dem gerösteten Baguette genießen.