



Mediterraner Brotsalat

Vor- und zubereiten: ca. 25 Min.

Braten im Ofen: ca. 7 Min.

Sauce

6 Esslöffel Olivenöl

6 Esslöffel Aceto balsamico bianco

1 Knoblauchzehe, gepresst

1 Esslöffel Rosmarin,
fein gehackt

Salz, Pfeffer, nach Bedarf

Alle Zutaten verrühren.

250 g Ruchbrot, in Würfeli

400 g geschnetztes Poulet-
fleisch

2 Esslöffel Öl

1 Teelöffel Salz

wenig Pfeffer

10 entsteinte schwarze
Oliven, in Scheibchen

1 gelbe Peperoni, in Stücken

1 rote Zwiebel, in feinen
Ringen

1 Zucchini, in Würfeln

250 g Cherry-Tomaten, halbiert

Braten im Ofen (Heissluft): Brot auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Poulet in einer Schüssel mit dem Öl mischen, würzen. Poulet auf einem zweiten mit Backpapier belegten Blech verteilen, dieses in die obere Hälfte, das Blech mit dem Brot in die untere Hälfte des auf 200 Grad vorgeheizten Ofens (Heissluft) schieben. Ca. 7 Min. backen. Herausnehmen, Brot, Poulet und Oliven mischen.

Servieren: Zutaten in eine grosse Schüssel schichten. Vor dem Servieren Sauce darübergiessen.

Pro Person: 29g Fett, 31g Eiweiss,
40g Kohlenhydrate, 2318 kJ (554 kcal)