

Scharfer Hähnchen-Gurken-Salat

Gesamtzeit **20 Min.** 10 Min. Vorbereitungszeit 5 Min. Kochzeit 5 Min. Marinierdauer

Nährwertangaben (pro Portion):
1'027 kJ / 247 kcal

Fett: **11.7 g** Eiweiss: **26.5 g**
Kohlenhydrate: **8 g**

ZUTATEN

2 Portion(en)

Gurke:

400 g Salatgurke

1 TL Salz

Hähnchen:

200 g Hähnchenbrust-
Minifilets
Wasser zum Pochieren

Dressing:

3 EL [Kikkoman Sesamsauce](#)

1 EL [Kikkoman scharfe
Chilisauce für Kimchi](#)

1 TL [Kikkoman geröstetes
Sesamöl](#)

Zum Garnieren:

2 TL Chilifäden

ZUBEREITUNG

Schritt 1

400 g Salatgurke - **1 TL** Salz

Gurke waschen, Enden entfernen und in dünne Scheiben schneiden. Mit Salz vermengen und etwa 5 Minuten ziehen lassen, damit die Flüssigkeit austritt. Die Gurke fest ausdrücken, um überschüssiges Wasser zu entfernen.

Schritt 2

200 g Hähnchenbrust-Minifilets - Wasser zum Pochieren

Filets in siedendem Wasser pochieren, bis sie gar sind. Herausnehmen und mit der Hand in mundgerechte Stücke zupfen.

Schritt 3

3 EL [Kikkoman Sesamsauce](#) **1 EL** [Kikkoman scharfe
Chilisauce für Kimchi](#) **1 TL** [Kikkoman geröstetes
Sesamöl](#)

Kikkoman Sesam Dressing, Kikkoman Chilisauce Kimchi und Kikkoman Sesamöl in einer Rührschüssel vermengen.

Schritt 4

2 TL Chilifäden

Die Gurke und das Hähnchen zum Dressing geben, gut vermischen, auf einem Servierteller anrichten und mit Chilifäden garnieren.