



St-MANG® Ein Stück echtes Allgäu.

Herbstbowl mit St. Mang CREMIUS

 **45 Minuten**  **4 Portionen**  **Einfach**



Zutaten

1 St. Mang CREMIUS
2 Hähnchenbrustfilet
½ TL Zimt
½ TL Muskatnuss
100 g getrocknete Cranberries
1 Apfel
50 g geröstete Kürbiskerne
200 g Feldsalat
Olivenöl

Balsamico-Senf-Dressing

3 EL Olivenöl
2 EL Balsamico-Essig
1 EL Senf
1 TL Honig
Salz
Pfeffer



Zubereitung

1. Der Backofen wird auf 200°C Ober- / Unterhitze oder 180°C Umluft vorgeheizt. Der Kürbis wird gewaschen, entkernt und in Würfel geschnitten. Anschließend werden die Kürbiswürfel auf ein Backblech gelegt und mit etwas Olivenöl beträufelt, mit Salz und Pfeffer würzen und im vorgeheizten Ofen etwa 20-25 Minuten backen, bis der Kürbis weich und leicht gebräunt ist.
2. Währenddessen kann die Hähnchenbrust gesalzen und gepfeffert und in einer Pfanne bei mittlerer Hitze goldbraun gebraten werden. Das durchgegart Hähnchenbrustfilet aus der Pfanne nehmen und in dünne Scheiben schneiden. Den Apfel waschen und ebenfalls in dünne Scheiben schneiden. Die Kürbiskerne ohne Öl in einer Pfanne rösten. Der Feldsalat wird gewaschen und getrocknet und der Cremius wird ebenfalls in Scheiben geschnitten.
3. Nun kann das Dressing zubereitet werden. Hierfür werden Olivenöl, Balsamico-Essig, Senf und Honig miteinander vermengt und mit Salz und Pfeffer gewürzt.
4. Zum Schluss den Feldsalat, die getrockneten Cranberries, Apfelscheiben, geröstete Kürbiskerne und den Cremius in eine Schüssel geben. Die Hähnchenbrustscheiben und die gebackenen Kürbiswürfel auf den Salat legen und das Balsamico-Senf Dressing darüber geben.

