

**Hähnchenbrust mit Tahinjoghurt, Kichererbsen  
und Walnuss-Salat****Zutaten für 4 Personen**

- 1 Hähnchenbrust
- 300 ml griechischer Joghurt
- 1 EL Tahin
- 1 Knoblauchzehe, fein gehackt
- 1 Spritzer Zitronensaft
- Salz
- 1 Dose Kichererbsen
- 2 Rispentomaten
- 1 rote Zwiebel
- Je eine Prise Pul Biber, Kreuzkümmel und Zimt
- Frischer Dill
- ½ Salatgurke
- ¼ Eisbergsalat
- 2 EL Olivenöl
- 2 EL Granatapfelsirup
- 1 gute Prise Sumach
- 1 handvoll Walnüsse
- 1 Stück Butter
- 3 Zweige Thymian
- 3 Knoblauchzehen

**Zubereitung**

1. Die Hähnchenbrust großzügig salzen und in Olivenöl von beiden Seiten anbraten. Im Ofen bei 130 Grad acht Minuten weitergaren.
2. Für das Kichererbsen-Ragout eine rote Zwiebel fein würfeln und zur Hälfte in einen kleinen Topf geben, bei mittlerer Hitze anschwitzen. Kichererbsen und eine gewürfelte Tomate hinzufügen und leicht einkochen lassen. Mit Pul Biber, Kreuzkümmel und Zimt würzen, frischen Dill zum Ende dazugeben.

3. Joghurt mit einer feingewürfelten Knoblauchzehe und einem Esslöffel Tahin mischen, mit Zitronensaft und Salz abschmecken.
4. Für den Salat eine weitere Tomate würfeln, Salatgurke entkernen und ebenfalls würfeln. Gemeinsam mit der restlichen Zwiebel und fein geschnittenem Eisbergsalat in eine Schüssel geben. Für das Dressing Olivenöl, Granatapfelsirup und Sumach dazugeben, zuletzt grob zerdrückte Walnüsse darunter rühren.
5. Die fertig gegarte Hähnchenbrust in Butter in einer Pfanne noch einmal auf der Hautseite braten, dazu angedrückte Knoblauchzehen und Thymianzweige für zusätzliches Aroma geben. Mit einem Löffel die flüssige Butter immer wieder über das Hähnchen löffeln.
6. Zum Anrichten zunächst zwei Esslöffel Joghurt in eine Schüssel geben, darauf das Kicherbsenragout und die Scheiben von der Hähnchenbrust. Darauf kommt dann noch der frische Salat.

**Guten Appetit!**

Rezept: Pierre Beckerling, SchwarzGold Dortmund