

Protein-Poke-Bowl mit Avocado und Erdbeeren

Hier ist ein Rezept für eine Protein-Poke-Bowl, dass nach Sommer schmeckt!



Zutaten für zwei Personen:

- 300 g gegrilltes Hähnchenfleisch
- 1 kleine Avocado
- 4 hartgekochte Wachteleier
- 40 g Fetakäsewürfel
- 1 Zucchini
- 6 Kirschtomaten
- 1 Bio-Limette
- 6 Erdbeeren
- 2 Esslöffel Sprossen
- 50 g krauser Salat
- 20 g Mandeln
- Salz nach Geschmack

Vorbereitung:

1. Die Avocado halbieren, den Stein entfernen, schälen (Sie können die Schale mit einem Löffel zwischen Fruchtfleisch und Schale entfernen) und mit dem Saft einer halben Limette beträufeln.
2. Die Erdbeeren und Kirschtomaten waschen, abtrocknen und in kleine Stücke schneiden.
3. Die Zucchini putzen, waschen und mit einer Mandoline der Länge nach in Scheiben schneiden.
4. Waschen und trocknen Sie den Salat. Die restliche halbe Limette in Scheiben schneiden.
5. Das Hähnchen in Streifen und die hartgekochten Eier in Hälften schneiden.
6. Richten Sie die 2 Teller mit allen Zutaten und servieren Sie sie mit Salz nach Geschmack.