

# Knoblauch-Hähnchen mit Salat und Kartoffelspalten

Unser Knoblauch-Hähnchen mit Salat und Kartoffelspalten gehört ebenfalls in die Kategorie einfach, schnell, eiweißreich und kalorienarm. Gerade wenn man Kalorien zählt, ist dieses Gericht eine tolle Lösung, um ordentlich was auf dem Teller zu haben, die Kalorienzufuhr aber trotzdem in Grenzen zu halten. Leckeres Hähnchenbrustfilet, frischer knackiger Salat und knusprig würzige Kartoffelspalten aus dem Ofen, ergeben eine tolle Kombi.

Der Salat hat ein leichtes Dressing aus Essig & Öl, Gewürzen & Kräutern, sowie einem Spritzer Zitronensaft und etwas flüssigem Süßstoff. Eine herrlich frische Mahlzeit, die gut sättigt und lecker schmeckt.

Weitere Rezept-Ideen für kalorienarme Gerichte findet ihr hier >>> [Kalorienzählen](#)



Food Twins

## SALAT REZEPTE

Das Salat Kochbuch mit 125 leckeren Salat Rezepten - Inkl. Salat Dressing, Vinaigrette, Salat To Go & Bowls - Einfache Salatrezepte für eine gesunde und ausgewogene Ernährung



Ab sofort bei Amazon erhältlich!