

## Pouletbrust mit Avocado-Salsa

### Zutaten:

2	Pouletbrustfilets
1 EL	Öl
¼ TL	Cayennepfeffer
1 TL	flüssigen Honig
1	Avocado
1	rote Spitzpeperoni
1	kleine rote Zwiebel
4	Stiele glatte Petersilie
2 EL	Limettensaft
	Öl zum anbraten
	Salz, Pfeffer und Zucker zum Würzen

### Zubereitung:

#### Schritt 1

Öl, Cayennepfeffer und Honig vermengen und die Brustfilets damit einreiben sowie mit Salz würzen. Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen und die Brustfilets bei mittlerer bis starker Hitze auf jeder Seite ca. 3 Minuten braten. Diese anschliessend auf ein Stück Alufolie legen und 15 Minuten bei 180°C im Ofen garen.

#### Schritt 2

Die Zwiebel in feine Würfel schneiden, die Spitzpeperoni halbieren, die Kerne entfernen und in ca. 1 cm grosse Würfel schneiden. Die Avocado ebenfalls halbieren, entkernen und in etwa 1 cm grosse Würfel schneiden. Die Petersilie hacken.



## Zubereitung:

### Schritt 3

Zwiebeln, Spitzpeperoni, Avocado und Petersilie mit Limettensaft mischen und anschliessend mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.