

FABIS-WELT ♥

• AIRFRYER REZEPTE •

Airfryer Power Bowl

Knuspriges Poulet • Süsskartoffeln
Avocado • Salat • Joghurtdressing



35 Minuten
Gesamtzeit



2 Personen
Portionen



Einfach
Schwierigkeitsgrad



Einfach.
Lecker.
Für die ganze
Familie. ♥

ZUTATEN (2 PERSONEN) ♥

- 2 Pouletbrustfilets
- 300 g Süsskartoffeln, gewürfelt
- 150 g Cherrytomaten
- 1 Avocado
- 2 Handvoll Blattsalat
- 2 EL Olivenöl
- Paprikapulver, Knoblauchpulver
- Salz & Pfeffer
- Frische Kräuter



JOGHURTDRESSING ♥

- 150 g griechischer Joghurt
- 1 TL Zitronensaft
- Kräuter, Salz & Pfeffer



ZUBEREITUNG ♥

- 1 Süsskartoffeln mit Öl und Gewürzen mischen.
Rechte (grosse) Schublade: 190 °C,
15-18 Minuten mit Airfry garen.
- 2 Poulet würzen und leicht mit Öl bestreichen.
Linke (kleine) Schublade: 190 °C,
12-15 Minuten Airfry. SYNC verwenden.
- 3 Salat, Tomaten und Avocado in zwei Schüsseln
anrichten.
- 4 Poulet in Scheiben schneiden und zusammen
mit den Süsskartoffeln darauf verteilen.
- 5 Mit Joghurtdressing und frischen Kräutern
servieren.



FABIS TIPP ♥



Für den Dual Basket Airfryer
perfekt geeignet – beide
Schubladen gleichzeitig nutzen
und alles wird zur gleichen
Zeit fertig.



DAZU PASST ♥

- Vollkornbrot
- Hummus
- zusätzliche Kichererbsen
- ein Spritzer Zitrone



VARIATIONEN ♥

- Statt Poulet: Halloumi oder Tofu
- Mehr Power: mit Quinoa oder Bulgur
- Extra Crunch: mit gerösteten Kernen
oder Nüssen



Aus der Küche von Fabis Welt ♥

Mit Liebe gekocht. Einfach nachgeköcht. ♥

