

Gefüllte Hähnchenbrustfilets

Zutaten

(Für 2 Portionen)

- 2 Hähnchenbrustfilets
- 4-5 getrocknete Tomaten
- 1 Mozzarella (ca. 125 g)
- 80-100 g Rucola
- 2 EL Olivenöl
- 1 EL Essig
- 1 Schalotte
- Salz & Pfeffer
- Pinienkerne
- Zahnstocher (zum Befestigen)

Zubereitung

1. Die Hähnchenbrustfilets längs einschneiden, dabei darauf achten, dass die Filets nicht vollständig durchgeschnitten werden, sondern nur eine Tasche entsteht. Danach mit Salz und Pfeffer würzen.
2. Den Mozzarella in Scheiben schneiden und abwechselnd mit den getrockneten Tomaten in die aufgeschnittenen Hähnchenfilets legen. Anschließend mit Zahnstochern das Fleisch zusammenstecken. Parallel die Pinienkerne anrösten.
3. Die Grillpfanne auf dem Herd erhitzen und die Hähnchenbrustfilets zuerst von der rechten Seite, dann von der linken Seite und zum Schluss vom Boden her grillen.
4. Sobald das Hähnchen eine goldbraune Farbe annimmt, die Hitze auf mittlere Stufe reduzieren und die Pfanne mit dem Deckel verschließen. Für 10 Minuten gar ziehen lassen.
5. Die Schalotte klein schneiden und mit Öl, Essig, Salz und Pfeffer zu einem Dressing vermengen. Das Ganze mit den Pinienkernen über den Rucola verteilen.
6. Das gefüllte Hähnchen mit dem Rucola auf einem Teller servieren und genießen. Guten Appetit!



Teile dieses Rezept gratis mit Freunden und Bekannten per WhatsApp!

REZEPT TEILEN



„Kochen, Rezepte und Inspiration“

Werde Teil unserer Facebook Gruppe!

GRUPPE BEITRETEN



Die besten
Rezepte von:

CALEKOCHT
mas REZEPTE