

Hähnchenbrüstchen mit Bärlauch-Käse-Füllung



für 2 Personen

Zubereitungszeit: Vorbereitung 20 min, im Ofen 55 min

Zutaten:

2 Hähnchenbrüstchen à 150 g
40 g Bärlauchblätter, entstielt und feingehackt
Brathähnchengewürz
4 Scheiben Schnittkäse
4 grosse Scheiben Parmaschinken
Olivenöl

Zubereitung:

Die Hähnchenbrüstchen auf die Arbeitsplatte legen, von der Mitte aus nach beiden Seiten eine Tasche hineinschneiden, aufklappen. Ein grosses Stück Klarsichtfolie auf die Arbeitsplatte legen, das aufgeschnittene Fleischstück darauflegen, Folie darüber legen, das Fleisch plattieren (das geht mithilfe der Folie einfach besser).

Hähnchenbrüstchen innen würzen. Eine Scheibe Schnittkäse auf jede Hähnchenbrust legen, feingehackten Bärlauch darauf verteilen, mittig noch einmal eine Scheibe Käse drauflegen. Nach der anderen Seite vorsichtig zuklappen und ein wenig festdrücken.

Je 2 Scheiben Parmaschinken mit der Breitseite leicht aufeinander legen, die Hähnchenbrust damit umwickeln. Bitte darauf achten, dass die offene Seite der Fleischtasche in der Mitte der Schinkenscheiben zu liegen kommt. Schinken rundherum festdrücken, die so vorbereiteten Fleischtaschen fest in Klarsichtfolie wickeln und bis zur Zubereitung im Kühlschrank parken.

Es werden keine Holzstäbchen benötigt, die sich nachher gerne unsichtbar machen; der Schinken hält die Hälften zusammen und die Füllung bleibt drin.
Soweit kann das Fleisch einige Stunden vor dem Essen vorbereitet werden.

90 min vor dem Essen das Fleisch aus dem Kühlschrank nehmen und etwas Küchentemperatur annehmen lassen.

60 min vor dem Servieren den Backofen auf 100° vorheizen und eine ofenfeste Form und Teller hineinstellen.

In einer Pfanne etwas Olivenöl erhitzen, die aus der Folie genommenen Hähnchenbrustpäckchen darin rundherum anbraten, anschliessend in der Form im Backofen 55 min nachgaren lassen.

Dazu passen Bandnudeln und eine kleine, mit Bärlauchstreifen angereicherte Sahnesauce einfach ideal.