

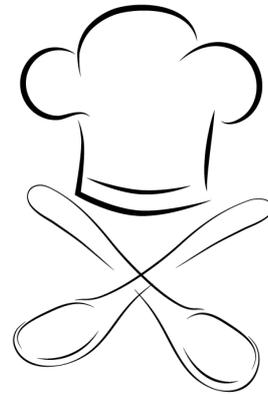


Unsere Rezeptempfehlung:

Gefüllte Hähnchenbrustfilets (4 Personen)

Zutaten:

4	Hähnchenbrustfilets
1	Zwiebel
3-4	Champignons
50g	Schnippelschinken
100 g	Käse z.B. Gouda, gerieben
	Öl, Bratfett
	Mehl, Paniermehl
	Ei



Zubereitung:

Die Hähnchenbrustfilets flach auf die Arbeitsfläche legen und seitlich eine Tasche einschneiden. Zwiebel in kleine Würfel schneiden. Champignons putzen und in schmale Scheiben schneiden. Die Zwiebeln und die Champignons andünsten. Schinken und Käse mit dem Champignon-Zwiebelgemisch vermengen und die Taschen in den Hähnchenbrustfilets damit befüllen.

Die Tasche mit einem Zahnstocher oder Rouladenspieß verschließen.

Das Mehl und das Paniermehl jeweils in einen tiefen Teller füllen. Das Ei in einem tiefen Teller aufschlagen und mit einer Gabel das Eigelb und das Eiklar miteinander verrühren..

Anschließend die Hähnchenbrusttaschen in Mehl wenden, dann in Ei und zum Schluß in Paniermehl.

Die panierten Taschen in Bratfett (mittlere Hitze) braten. Nicht zu sparsam mit dem Fett sein.

Die Panade benötigt viel Fett um gut zu gelingen. Ca. 10-12 Minuten braten bei mehrfachem Wenden.

Tipp: Die Füllung kann nach persönlicher Vorliebe variieren.

Dazu passt Reis, Baguette oder Bandnudeln mit grünem Salat.

Guten Appetit!!!

Empfohlen von: *Udo*