

Rezept

Gefüllte Hähnchenbrust mit Olivenreis

Ein Rezept von Gefüllte Hähnchenbrust mit Olivenreis, am 09.05.2024

Zutaten

- | | |
|--|---|
| 1 doppelte Hähnchenbrust mit Haut (ca. 400 g) | 75 g Doppelrahm-Frischkäse |
| 1 Päckchen italienische TK-Kräuter | Salz |
| Pfeffer | 100 g Naturreis |
| 250 ml Gemüsebrühe | 1 EL Rapsöl |
| 1 TL rosenscharfes Paprikapulver | 6 entsteinte grüne Oliven (ca. 25 g) |

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN FÜR 2 PORTIONEN | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min
Pro Portion Ca. 775 kcal

Zubereitung

1. Den Backofen auf 180° vorheizen. Hähnchenbrust kalt abspülen und mit Küchenpapier trockentupfen. Mit einem stumpfen Messer vorsichtig die Haut vom Hähnchenfleisch lösen, so dass eine Tasche entsteht und die Haut an den Rändern noch gut mit dem Fleisch verbunden ist.
2. Den Frischkäse mit den Kräutern verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und in die Fleischtasche füllen. Die Haut andrücken und die Füllung sanft mit dem Handballen gut verteilen.
3. Das Fleisch in eine ofenfeste Form oder eine kleine Kasserolle geben und 2 EL Wasser angießen (Fetten der Form ist wegen des Wassers nicht nötig). Die Hähnchenbrust im Ofen (Mitte, Umluft 160°) 15 Min. braten.
4. Inzwischen den Reis waschen und mit der Gemüsebrühe einmal aufkochen lassen. Zugedeckt bei kleiner Hitze 40 Min. ziehen lassen, bis alle Flüssigkeit aufgesogen ist.
5. Das Öl mit dem Paprikapulver verrühren und die Hähnchenbrust damit bestreichen. Weitere 30 Min. braten, bis die Haut goldgelb und kross ist.
6. Den Backofen ausschalten und das Fleisch 10 Min. ruhen lassen. Den Reis mit einer Gabel auflockern, offen ausdampfen lassen. Die Oliven hacken, unter den Reis heben.
7. Das Fleisch schräg in Scheiben schneiden, anrichten und mit der entstandenen Sauce begießen. Den Reis getrennt servieren.