

Rezept

Gefüllte Hähnchenfilets mit Selleriegemüse

Ein Rezept von Gefüllte Hähnchenfilets mit Selleriegemüse, am 05.12.2025

Zutaten

½ Bund Petersilie

1 kleiner Apfel (ca. 120 g)

1 TL Currysauce

Pfeffer

4 Hähnchenbrustfilets (à ca. 200 g)

900 g Knollensellerie

frisch geriebene Muskatnuss

4 Blätter Salbei

2 Frühlingszwiebeln (ca. 60 g)

Salz

80 g Frischkäse

2 EL Rapsöl

300 g Gemüsebrühe

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 440 kcal, 21 g F, 55 g EW, 6 g KH

Zubereitung

1. Petersilie und Salbei waschen und trocken schütteln. Grobe Stängel entfernen. Die Kräuter im Mixtopf 3 Sek. / Stufe 8 hacken und umfüllen. Den Apfel waschen, vierteln, entkernen und in den Mixtopf geben. Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen, in ca. 3 cm große Stücke schneiden und dazugeben. Beides 3 Sek. / Stufe 5 zerkleinern. Currysauce, etwas Salz und 1 Prise Pfeffer mit 60 g Frischkäse dazugeben und alles 10 Sek. / Stufe 3-4 mischen.
2. Die Hähnchenbrustfilets salzen und pfeffern. Das Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Hähnchenfilets darin bei starker Hitze jeweils ca. 4 Min. pro Seite anbraten, herausnehmen und kurz ruhen lassen.
3. Inzwischen den Sellerie schälen und würfeln. Bei jedem Hähnchenfilet seitlich eine Tasche einschneiden. Die Frischkäsemasse bis auf einen Rest einfüllen, Filets auf den Varoma-Einlegeboden legen. Mixtopf grob säubern, die Brühe einwiegen. Gareinsatz einhängen und die Selleriewürfel einfüllen. Mixtopf verschließen, den Varoma-Behälter mit dem Einlegeboden aufsetzen und verschließen. Hähnchenfilets und Sellerie 20 Min. / Varoma / Stufe 1 garen.
4. Dann den Varoma abnehmen, den Gareinsatz herausnehmen. Die Hähnchenfilets und den Sellerie warm halten. Die Brühe umfüllen. 100 g Brühe mit dem übrigen Frischkäse, der restlichen Füllung, den Kräutern sowie je 1 Prise Muskat, Salz und Pfeffer in den Mixtopf geben. Den Sellerie dazugeben und 10 Sek. / Linkslauf / Stufe 3 unterrühren, dann mit den gefüllten Filets anrichten.