

Rezept

Herzhaft gefüllte Hähnchenbrust

Ein Rezept von Herzhaft gefüllte Hähnchenbrust, am 14.12.2025

Zutaten

2	Hähnchenbrustfilets (je ca. 150 g)		Salz
	Pfeffer	4	in Öl eingelegte getrocknete Tomaten
2 EL	Einlegeöl	100 g	entsteinte schwarze Oliven
1	Knoblauchzehe	1	Zwiebel
1	Stängel Salbei	1	Zweig Rosmarin
2 EL	Pinienkerne	150 ml	trockener Weißwein (oder Geflügelfond aus dem Glas)
	kleine Holzspieße		

Rezeptinfos

Schwierigkeitsgrad leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 485 kcal

Zubereitung

1. Das Fleisch kalt abspülen und abtrocknen. In jedes Filet eine Tasche einschneiden, innen und außen salzen und pfeffern. Tomaten und 6 Oliven klein würfeln, die Filets damit füllen. Die Taschen mit Holzspießchen zusammenstecken. Knoblauch und Zwiebel schälen und fein hacken. Kräuter waschen.
2. Tomateneinlegeöl in einer Schmorpfanne erhitzen. Das Fleisch darin bei mittlerer Hitze auf einer Seite 2 Min. anbraten, dann wenden, Knoblauch, Zwiebel, Pinienkerne und Kräuterzweige dazugeben und 2 Min. mitbraten. Wein angießen, restliche Oliven dazugeben und alles zugedeckt 15-20 Min. schmoren lassen. Falls Sie für den zweiten Gang noch nicht bereit sind, stellen Sie die Pfanne nach dem Schmoren in den auf 70° vorgeheizten Ofen.