

Rezept

Pesto-Hähnchen

Ein Rezept von Pesto-Hähnchen, am 28.06.2026

Zutaten

| | |
|--|---|
| 2 Hähnchenbrustfilets (à 200 g) | 250 g Kirschtomaten |
| 2 Frühlingszwiebeln | 50 g gemischte Oliven (ohne Stein) |
| Salz | Pfeffer |
| 3 EL grünes Pesto (z. B. Bärlauch-, Rucola- oder Basilikumpesto, aus dem Kühlregal) | 1 EL Zitronensaft |
| 2 EL Butter | 1 TL Honig |
| $\frac{1}{2}$ Baguette | 30 g geriebener Parmesan (nach Belieben) |

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 610 kcal, 24 g F, 56 g EW, 42 g KH

Zubereitung

1. Den Backofen auf 200° vorheizen. Die Hähnchenbrustfilets trocken tupfen und nebeneinander in eine große Auflaufform (28 cm Ø oder 30 × 20 cm) legen. Die Tomaten waschen und um die Filets herum verteilen. Frühlingszwiebeln waschen, putzen, in grobe Stücke schneiden und mit den Oliven ebenfalls in die Form geben. Alles mit Salz und Pfeffer würzen.
2. Pesto, Zitronensaft und Honig verrühren. Die Hähnchenbrustfilets damit bestreichen, das restliche Pesto über das Gemüse träufeln. Butter in Flöckchen schneiden und auf dem Hähnchenfleisch und Gemüse verteilen. Im Ofen (Mitte) ca. 25 Min. backen, bis das Fleisch gar ist.
3. Die Form aus dem Ofen nehmen, die Filets samt Gemüse und entstandener Sauce auf Teller verteilen. Wer möchte, streut jetzt noch den Parmesan darüber. Baguette in Scheiben schneiden und zum Aufdippen der Sauce dazu servieren.