

Rezept

Zucchinirollchen mit Chilihähnchen

Ein Rezept von Zucchinirollchen mit Chilihähnchen, am 09.06.2026

Zutaten

- | | |
|---------------------------------|----------------------------------|
| 1 Bio-Zitrone | 1 große grüne Chilischote |
| 400 g Hähnchenbrustfilet | ca. 4 EL neutrales Pflanzenöl |
| 1 TL Honig | 3-4 Zucchini |
| Salz | 20 Partyspießchen |
| Koriandergrün (nach Belieben) | |

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 20 Stück | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 45 kcal

Zubereitung

1. Die Zitrone heiß waschen, abtrocknen und die Schale abreiben. Die Chilischote längs halbieren, putzen, waschen und fein würfeln. Das Hähnchenfleisch kalt waschen, abtrocknen und in 20 ca. 4 cm lange, daumendicke Stücke schneiden. Das Fleisch mit Zitronenschale, Chiliwürfelchen, 1 EL Öl und dem Honig vermischen und 20 Min. ziehen lassen.
2. Inzwischen die Zucchini waschen und (am besten mit einer Aufschnittmaschine) in ca. 2 mm dünne Längsscheiben schneiden. Die Scheiben salzen und Wasser ziehen lassen.
3. Jeweils 1-2 EL Öl in einer Pfanne erhitzen, die Hähnchenstücke dazugeben und portionsweise in 3-4 Min. rundherum goldbraun braten. Salzen, herausnehmen und abkühlen lassen.
4. Die Zucchinischeiben mit Küchenpapier trocken tupfen. Jeweils 1 Hähnchenstück darin einrollen und mit einem Spießchen fixieren. Nach Belieben mit Korianderblättchen dekorieren.