

Rezept

# Zucchinirollchen mit Chilihähnchen

Ein Rezept von Zucchinirollchen mit Chilihähnchen, am 03.06.2025

## Zutaten

- |                                 |                                  |
|---------------------------------|----------------------------------|
| <b>1</b> Bio-Zitrone            | <b>1</b> große grüne Chilischote |
| <b>400 g</b> Hähnchenbrustfilet | ca. 4 EL neutrales Pflanzenöl    |
| <b>1 TL</b> Honig               | 3-4 Zucchini                     |
| Salz                            | <b>20</b> 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 Zucchini Scheiben mit Küchenpapier trocken tupfen. Jeweils 1 Hähnchenstück darin einrollen und mit einem Spießchen fixieren. Nach Belieben mit Korianderblättchen dekorieren.