

Rezept

Zuckerhut-Röllchen mit Hähnchen

Ein Rezept von Zuckerhut-Röllchen mit Hähnchen, am 28.06.2026

Zutaten

1 kleiner Zuckerhutsalat (ersatzweise junger Chinakohl)	Salz
2 EL blanchierte Mandeln	100 g Hähnchenbrustfilet
1 Ei (Größe M)	1 EL gehackte Petersilie
Pfeffer	1 EL Semmelbrösel
2 TL Butter	Muskatnuss
50 g Sahne	100 ml Hühnerbrühe
1/2 TL mildes Currypulver	50 ml Milch
	1 TL gehackter Kerbel

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 2 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 470 kcal

Zubereitung

1. Den Zuckerhut in kochendem Salzwasser 3-4 Min. blanchieren. Eiskalt abschrecken und abtropfen lassen. Das Hähnchenfilet mit Küchenpapier trockentupfen und in Würfel schneiden. Die Mandeln im Mixer oder mit dem Zauberstab fein zerkleinern. Das Mandelmehl mit dem Fleisch und der Petersilie fein pürieren.
2. Das Ei trennen. Das Eiweiß mit den Semmelbröseln unter das Hähnchenpüree rühren. Mit etwas Salz, Pfeffer und Muskat würzen.
3. Vom Zuckerhut 16 Blätter ablösen und auf der Arbeitsfläche ausbreiten. Je ein kleines auf ein größeres Blatt legen. Auf jede Portion ca. 2 EL Hähnchenpüree setzen. Die Ränder nach innen schlagen und die Blätter aufrollen.
4. Die Butter mit 1 EL Wasser in einer Schmorpfanne erhitzen. Die Röllchen hineinlegen und etwas Brühe angießen. Zugedeckt bei schwacher Hitze 30 Min. dünsten. Dabei nach und nach die restliche Brühe angießen.
5. Das Eigelb mit Sahne und Milch verquirlen. In die Sauce rühren und erwärmen. Die Sauce mit Salz, Pfeffer und Curry abschmecken. Die Röllchen mit Kerbel bestreut servieren. Dazu schmeckt Kartoffelpüree.