

Hähnchenrouladen mit Sabel, Ziegenfrischkäse und Schalotten

– Bio Kochbox KW 24



Hähnchenrouladen mit Salbei, Ziegenfrischkäse und Schalotten



MENGENHINWEIS:

- Für 1 Portion die Mengen halbieren
- Für 4 Portionen die Mengen verdoppeln

Für 2 Portionen:

- 2 Hähnchenfilets
- 70 g Ziegenfrischkäse
- 6 Salbeiblätter
- 6 Schalotten
- 125 ml Weißwein
- 1 Handvoll Petersilie

Eigener Vorrat:

- Salz, Pfeffer
- 1 EL Honig
- 2 EL Butter
- 1 EL Olivenöl

Zubereitung:

Die Hähnchenbrustfilets werden trockengetupft, vorsichtig längs eingeschnitten und zwischen zwei Lagen Backpapier flachgeklopft, sodass dünne Schnitzel entstehen. Die Salbeiblätter werden gewaschen, trockengetupft und fein geschnitten. Der Ziegenfrischkäse wird mit dem Salbei, etwas Pfeffer und wenig Salz verrührt. Die Schalotten werden geschält und je nach Größe halbiert oder ganz gelassen. Die Hähnchenstücke werden mit der Käsemasse bestrichen, straff aufgerollt und mit Küchengarn oder Zahnstochern fixiert. In einer schweren Pfanne werden Butter und Olivenöl erhitzt, die Rouladen werden rundherum goldbraun angebraten und anschließend kurz herausgenommen. Im Bratfett werden die Schalotten sanft angeschmort, bis sie Farbe bekommen, dann werden Honig und Weißwein oder Brühe hinzugefügt. Die Rouladen kommen zurück in die Pfanne und garen bei milder Hitze in der Sauce fertig, bis das Fleisch saftig und durchgegart ist und die Schalotten weich und glänzend sind. Die Petersilie wird gewaschen, trocken geschüttelt und fein gehackt und vor dem Servieren über das Gericht gestreut.