

Gefüllte Hähnchenbrust

Vorbereitung:

Variante 1

1. Hähnchenbrust auslösen und parieren.
2. Kleines Filet von der Brust entfernen und zwischen zwei Folien vorsichtig plattieren.
3. Brust auf die Hautseite legen und schräg etwa drei- bis viermal bis knapp zur Haut einschneiden.
4. Vorbereitete Füllung in die einzelnen Taschen füllen und würzen.
Mit dem plattierten Filet abdecken.

Variante 2

1. Hähnchenbrust auslösen und parieren.
2. Kleines Filet von der Brust entfernen und zwischen zwei Folien vorsichtig plattieren.
3. Längs eine Tasche für die Füllung in das Brustfleisch einschneiden.
4. Eingeschnittene Tasche öffnen (evtl. leicht plattieren).
5. Vorbereitete Füllung in die Tasche füllen und würzen.
Taschenränder etwas über die Füllung ziehen, mit dem plattierten Filet abdecken.

Beispiel/Füllung: Rote und gelbe Paprikaschoten wie üblich abziehen, entsprechend der Taschen in breite Streifen schneiden, würzen, mit Kräutern (z. B. Basilikum, Thymian, Rosmarin o. ä.) vermischen.

Fertigstellung:

1. Würzen und mit Weizendunst leicht mehlieren.
2. Bei mittlerer Hitze in der Pfanne braten:
 - In geklärter Butter oder Öl/Buttergemisch
 - Mit Aromaten (Kräuter, Gewürze)
 - Zuerst auf der Hautseite
 - Öfter arrosieren (mit Bratfett übergießen)

} ca. 10 Minuten
4. Umdrehen und kurz weiterbraten.
5. Zusammen mit den Aromaten auf ein Blech setzen (Hautseite nach oben).
Im vorgeheizten Backofen bei milder Hitze (120-140° C) 20-25 Minuten fertig garen.
6. Vor Ende der Garzeit für eine knusprige Haut den Backofengrill zuschalten.
7. Warm stellen und kurz ruhen lassen.