

Gefüllte Hähnchenbrust im Schinkenmantel mit Ofengemüse

Zutaten (für 2 Personen):

2 Hähnchenbrustfilets

3-4 EL Pesto rosso

1 EL frisch geriebenen Parmesankäse

4-6 Scheiben luftgetrockneten Schinken

4 Zehen Knoblauch in Scheiben

etwas Olivenöl

Pfeffer, Salz, Chili oder Cayennepfeffer

1 Fenchelknolle

1 Paprikaschote

1-2 Stengel Staudensellerie

2 rote Zwiebeln

1 kleine Zucchini

1-2 Möhren

1 – 2 EL Jalapeños in Scheiben (aus dem Glas)

2 EL ganze Knoblauchzehen (in Chiliöl eingelegt)

2-3 EL Olivenöl

schwarzer Pfeffer, Pul Biber (türkische scharfe Paprikaflocken), eventuell Birdeye-Chili gemahlen

2-3 EL Balsamicoessig

Zubereitung:

Die Hähnchenbrüste waschen, trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen und seitlich eine Tasche einschneiden. Pesto rosso mit Parmesankäse mischen und in die Taschen füllen.

Je nach Größe der Hähnchenbrüste 2-3 Scheiben Schinken überlappend ausbreiten, mit den Knoblauchscheiben belegen. Die Hähnchenbrüste in den Schinken einrollen. Mit Küchengarn zusammenbinden.

Das Gemüse putzen und in mundgerechte Stücke (Streifen, Würfel) schneiden. Zusammen mit den Jalapeños und den Knoblauchzehen in eine Schüssel geben und mit Salz, schwarzem Pfeffer, Pul Biber, eventuell Birdeye-Chili herzhaft würzen. 2-3 EL Olivenöl dazugeben und gut vermischen.

Die Gemüsemischung in eine große, ofenfeste Form oder auf ein tiefes Backblech geben und im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad Umluft zirka 20 Minuten garen. Ab und zu umrühren.

Nach dieser Zeit das Gemüse so zusammenschieben, daß in der Mitte der Form Platz für die Hähnchenbrüste ist.

Die Hähnchenbrüste in die Form legen, mit etwas Olivenöl bestreichen und alles zusammen weitere 20-25 Minuten garen (je nach Größe der Hähnchenbrüste). Das Gemüse ab und zu umrühren.

Zirka 5 Minuten vor Ende der Garzeit das Gemüse mit dem Balsamico-Essig beträufeln und gut vermischen.

Dazu gibt es bei uns Baguette und den scharfen Joghurt-Dip (Rezept auf <http://www.hartkopf-mb.de/Die-Kochseite>).