



gefüllte Hähnchenbrüste

"Toskana-Style"

Backofen: 230° C Ober- / Unterhitze
Backzeit: ca. 25 min
Zubehör: Ofenzauberer

Zutaten:

3-4 Hähnchenbrüste
1 Ei
Mehl
Paniermehl
1 EL Paprikapulver
3 EL Butter

Füllung:

100 g Gouda
1 Scheibe Kochschinken
1 kleine Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1/2 rote Paprika
(optional: 8-10 schwarze Oliven)
(optional: 5-6 eingelegte Jalapenos)

Soße:

2 EL Knoblauchöl
Reste der Füllung
1 rote Paprika
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
3 EL Tomatenmark
300 ml Hühnerbrühe
1 Dose stückige Tomaten
2 EL Limettensaft
1-2 TL Zucker
Salz, Pfeffer
etwas Gemüsebrühpulver

Zubereitung:

Hähnchenbrüste waschen, trockentupfen und mit einem scharfen Messer jeweils eine Tasche in die dicke Seite schneiden.

Für die Füllung alle Zutaten klein würfeln, Knoblauch pressen.

Füllung mithilfe eines kleinen Löffels in die Hähnchenbrüste füllen und mit Zahnstocher verschließen.

Ei verquirlen.

Paniermehl und Paprikapulver mischen.

Hähnchenbrüste mit Mehl aus dem Streufix leicht bemehlen, in Ei und Semmelbrösel wenden, gut andrücken und mind. 30 min in den Kühlschrank stellen (dann verbindet sich die Panade besser mit dem Fleisch).

Backofen vorheizen.

3 EL Butter in einem Schälchen schmelzen.

Hähnchenbrüste von unten nur stellenweise mit Butter bepinseln, an der Oberfläche komplett leicht mit geschmolzener Butter bestreichen.

Auf den Ofenzauberer oder mittlere Ofenhexe setzen und auf unterster Schiene ca. 25 min knusprig braten.

In der Zwischenzeit Soße zubereiten:

Gemüse fein würfeln und in einem Topf mit 2 EL Knoblauchöl andünsten. Tomatenmark zufügen und anrösten.

Knoblauch pressen und zufügen.

Mit Hühnerbrühe ablöschen und restliche Soßenzutaten zufügen.

Mit Salz, Pfeffer und Gemüsebrühe nach Geschmack würzen.

Dazu passen Nudeln oder Reis.

