



Gefülltes Hähnchenbrustfilet.

 **25 Min.**  **25 Min.**  **leicht**
Vorbereitung Gesamtzeit Aufwand

Zutaten für: Portion(en) Zubereitung:

Hähnchenbrustfilet(s) (z.B. Mühlenhof)

Salz & Pfeffer

Gewürzgurke(n)

Scheibe(n) gekochter Schinken (z.B. Mühlenhof)

Scheibe(n) Bergkäse (z.B. Naturgut)

EL Sonnenblumenöl

- 1** Zunächst wird es etwas brutal: Die Hähnchenbrustfilets solltest du vorsichtig plattieren, damit sie von der Dicke her etwas gleichmäßiger werden. Aber Achtung! Die Hähnchenbrustfilets dürfen nicht so dünn wie ein Schnitzel werden!
- 2** Von einer Längsseite aus schneidest du mit einem scharfen Messer eine Tasche in das Fleisch. Nur einschneiden, nicht durchschneiden, das ist wichtig.
- 3** Fleisch – innen und außen – mit Salz und Pfeffer würzen.
- 4** Die Gewürzgurke in dünne Scheiben schneiden.
- 5** Jetzt geht's ans Füllen: Eine Seite des gekochten Schinkens mit Käse und Gewürzgurkenscheiben belegen, zusammenfalten und in die Tasche im Hähnchenfleisch schieben. Öffnung mit Zahnstochern verschließen. Das machst du nun bei allen Brustfilets so.
- 6** Die gefüllten Hähnchenbrustfilets kannst du bei mittlerer Hitze mit wenig Öl in der Pfanne braten. Du hast den Grill angefeuert? Dann bestreiche das Fleisch rundum mit Öl und leg es auf den Rost. Wann ist es fertig? Wenn der Käse rausläuft! Unwiderstehlich! Serviere das gefüllte Hähnchenfleisch mit einem leckeren Salat.