

Gefüllte Hähnchenbrust

Zutaten für 2 Portionen

2 frische Hähnchenbrüste,
1 EL Koriander grün – Paste,
2 Sardellen,
2 Cocktailtomaten,
1 EL gehackte Blattpetersilie,
1 Tasse Hühnerbrühe (instant),
2 EL Sherry medium,
1 EL Sonnenblumenöl,
Salz,
Pfeffer aus der Mühle,
Zur Garnierung : Blattpetersilie,
Tomatenscheiben



Zubereitung :

Die Hähnchenbrüste kurz unter kaltem Wasser abspülen und abtrocknen. Dann in die Mitte eine Tasche schneiden. Leicht salzen und pfeffern. Dann in die Tasche die Koriander-Paste streichen, 1 Sardelle und ein paar Tomatenscheiben, sowie etwas gehackte Petersilie geben. Nun die Hähnchenbrüste mit Haushaltsgarn zusammenbinden. Alternativ gehen auch kleine Holzspieße. Das Öl erhitzen und die Hähnchenbrüste kräftig von allen Seiten anbraten. Dann die Hühnerbrühe und den Sherry zugeben und ca. 20 Min. köcheln lassen.

Zum Servieren die Holzspieße bzw. das Haushaltsgarn entfernen und die Hähnchenbrüste schräg in ca. 1,5 cm dicke Scheiben aufschneiden. Teller mit Blattpetersilie und einigen Tomatenscheiben garnieren.

Als Beilage ein Kartoffel-Karotten-Gratin servieren.