

Gefüllte Hähnchenbrustfilets in Tomaten-Weisswein-Sauce



Gefülltes Hähnchenbrustfilet mit Spätzle und Tomaten-Weisswein-Sauce, mit Parmesankäse und Basilikum garniert

Ich entschied mich bei diesem Rezept nun doch, es nicht mit „Hähnchenbrust Cordon bleu“ zu betiteln, auch wenn es gepasst hätte, da man „Cordon bleu“ standardmäßig auch mit Hähnchenbrustfilet zubereiten kann. Denn die Füllung ist ja ganz regelkonform gekochter Schweineschinken und Hartkäse. Aber da ich mich entschied, es nicht zu panieren und anzubraten, sondern mit Tomaten und Kräutern in einer Weisswein-Sauce zuzubereiten, wählte ich doch eher die jetzige Überschrift. Wobei man nun auch, da es nicht „Cordon bleu“ heißt, ruhig auch zu gekochtem Putenschinken und notfalls auch zu Schmelzkäse greifen kann, was bei einer Betitelung mit „Cordon bleu“ rein rechtlich nicht zulässig wäre.

Zutaten (für 2 Personen):

- 2 Hähnchenbrustfilets
- 1 Schalotte
- 3 Knoblauchzehen
- 1 Tomate
- 2 Scheiben gekochter Schinken
- 2 Scheiben Hartkäse (z.B. Tilsiter, Gouda, Emmentaler oder Edamer)

- 2 Zweige frischer Oregano
- 2 Zweige frischer Rosmarin
- einige Zweige frischer Thymian
- einige Zweige frische Petersilie

- 100 ml trockener Weisswein

- $\frac{1}{4}$ TL Harissa
- $\frac{1}{2}$ TL gemahlener Kreuzkümmel
- $\frac{1}{2}$ TL Koriander
- 1 Kapsel Kardamom
- $\frac{1}{4}$ Zitrone (Saft)

- Salz
- Pfeffer
- Muskatnuss

- Butter

- 250 g Spätzle oder Bandnudeln

- einige frische Basilikumblätter
- frischer Parmesan

Zubereitungszeit: 40 Min.

Einen Topf mit Wasser aufsetzen und das Wasser zum Kochen bringen. Die Tomate an mehreren Stellen anritzen und für eine Minute blanchieren. Die Haut abziehen und die Tomate in kleine Stücke schneiden. Das Wasser kann für die Spätzle noch verwendet werden.



Mit rohem Schinken, Hartkäse und Kräutern gefüllte Hähnchenbrustfilets

In die beiden Hähnchenbrustfilets der Länge nach eine Tasche schneiden und aufklappen, so als wollte man Schmetterlingsfilets zubereiten. Innen und außen mit Salz und Pfeffer würzen. Innen je eine gefaltete Scheibe roher Schinken und Hartkäse übereinanderlegen und je ein Zweig Oregano, Rosmarin und mehrere Zweige Thymian darauflegen. Zuklappen und mit zwei Zahnstochern fixieren.



Die gefüllten Filets in der Pfanne mit Schalotte, Knoblauch und Tomatenwürfeln

Die Schalotte und die Knoblauchzehen schälen und sehr klein schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen und die Schalotte und die Knoblauchzehen kurz anbraten. Dann die gefüllten Filets dazugeben und von beiden Seiten jeweils ca. 3 Minuten bei mittlerer Hitze braun anbraten. Dann die Tomatenwürfel hinzugeben und alles bei zugedeckter Pfanne einige Minuten etwas Flüssigkeit ziehen lassen. Die kleingeschnittene Petersilie hinzugeben und mit dem Weisswein ablöschen.

Die Kardamomkapsel öffnen, die Samen herausnehmen und in einem Mörser zerkleinern. In die Sauce geben. Ebenfalls die Korianderkörner im Mörser zerkleinern und hinzugeben. Dann mit Harissa, Kreuzkümmel, frisch geriebener Muskatnuss und dem Zitronensaft würzen. Alles bei ganz kleiner Hitze ein wenig reduzieren lassen.

Währenddessen das Wasser im Topf erhitzen und die Spätzle nach Anleitung zubereiten. Die Sauce der Filets mit Salz und Pfeffer abschmecken. Dann die Zahnstocher der gefüllten Hähnchenbrustfilets entfernen, jeweils eines davon auf einem

großen Teller anrichten, Spätzle dazugeben, die Sauce darübergerben und mit frisch gehobeltem Parmesankäse und frischem Basilikum garnieren.