

# Gefüllte Puten-Brust mit Basilikum-Pesto und Quinoa

## Für 2 Personen

2 Putenbrüste	2 Scheiben Parma-Schinken	150 g Quinoa
3 Knoblauchzehen	1 Zwiebel	2 Bunde Basilikum
1 Bund glatte Petersilie	1 Rosmarinzweig	50 g getr. Öl-Tomaten
100 g Parmesan	100 g Schafskäse	50 g Pinienkerne
300 ml Gemüsefond	1 EL Brauner Zucker	Olivenöl
Salz	schwarzer Pfeffer	

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Gemüsefond in einem Topf zum Kochen bringen. Den Parmesan reiben und die Hälfte davon zwei Mal kreisförmig auf Backpapier streuen und für 2 Minuten in den Backofen geben. Die getrockneten Tomaten klein schneiden. Das Basilikum waschen, trockentupfen und abzupfen. Die Hälfte der Blätter zur Seite stellen. Den Schafskäse zerdrücken und ebenfalls die Hälfte davon zur Seite stellen. In die Putenbrüste Taschen schneiden und mit den Tomaten, der Hälfte der Basilikumblätter, der Hälfte des Schafskäses und dem Parma-Schinken füllen. Anschließend mit den Rouladennadeln verschließen. Die zwei Parmesanplätzchen aus dem Ofen holen. Die Quinoa waschen, in den Gemüsefond geben, aufkochen und anschließend 20 Minuten quellen lassen. Die Pinienkerne in einer Pfanne rösten. Mit dem restlichen Basilikum, Parmesan und drei Esslöffel Olivenöl pürieren. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Putenbrüste darin scharf anbraten und anschließend schmoren lassen. Olivenöl in einem Topf erhitzen. Die Zwiebel und die Knoblauchzehen abziehen, klein hacken und anbraten. Einen Esslöffel braunen Zucker und den übriggebliebenen Schafskäse hinzugeben. Anschließend der Quinoa unterrühren. Den Rosmarinzweig und die Petersilie waschen, abzupfen und kleinhacken. Ebenfalls zur Quinoa hinzugeben. Die Quinoa in einem Servierring auf einem Teller anrichten. Die Putenbrüste, das Pesto und die Parmesanplätzchen hinzugeben und servieren.

Marsha Richter am 15. Februar 2012