

Hähnchen-Involtini mit Rucola-Tomaten-Risotto

Für zwei Personen

2 Hähnchenbrustfilets, à 150 g	4 Scheiben Parma-Schinken	200 g Risottoreis
1 Schalotte	2 Knoblauchzehen	70 g Rucola
3 Strauchtomaten	2 Bund Basilikum	1 Bund glatte Petersilie
10 g Pinienkerne	80 g Parmesan	75 g Butter
200 ml trockener Weißwein	600 ml Gemüsefond	Olivenöl, Salz, Pfeffer

Den Backofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Zunächst einen Topf mit Wasser zum Kochen bringen. Für das Risotto etwas Olivenöl sowie zehn Gramm der Butter in einem Topf erhitzen. Danach die Schalotte und eine Knoblauchzehe abziehen, fein würfeln und in dem Olivenöl andünsten. Nun den Risottoreis dazugeben und unter Rühren glasig dünsten. Anschließend das Ganze mit dem Weißwein ablöschen. In der Zwischenzeit den Gemüsefond in einem separaten Topf erhitzen. Gelegentlich etwas Gemüsefond zum Risottoreis hinzufügen und dabei rühren, bis der Reis gar ist. Den Parmesan reiben. Danach die Hähnchenbrustfilets waschen, trocken tupfen und plattieren. Die zweite Knoblauchzehe abziehen. Nun 50 Gramm der Butter, den Knoblauch, die Pinienkerne und 20 Gramm des Parmesans mixen. Anschließend ein halbes Bund Petersilie sowie ein halbes Bund Basilikum zupfen, fein hacken, zu der Butter geben und ebenfalls mixen. Das Ganze mit Salz und Pfeffer abschmecken. Nun die Tomaten kreuzförmig einritzen und kurz in das kochende Wasser geben. Sobald sich die Schale ablöst, die Tomaten aus dem Wasser nehmen und von der Schale und den Kernen befreien. Danach die Tomaten in kleine Stücke schneiden. Anschließend die Hähnchenbrustfilets mit dem Parma-Schinken belegen und mit der Buttermischung bestreichen. Das Ganze zu Rouladen aufrollen und mit Zahnstochern fest stecken. Nun etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Hähnchen-Involtini von allen Seiten anbraten. Danach die Hähnchen-Involtini für 15 Minuten im Backofen garen. Im Anschluss den Rucola waschen, trocken tupfen und gemeinsam mit den Tomaten zu dem Risotto geben. Danach die restliche Butter und den restlichen Parmesan einrühren. Das Ganze mit Salz und Pfeffer abschmecken. Nun eine Handvoll des Basilikums waschen, trocken tupfen und ebenfalls unter das Risotto heben. Das Rucola-Tomaten-Risotto mit den Hähnchen-Involtini auf einem Teller anrichten und servieren.

Sandra Thiede am 23. Januar 2013