

Hähnchen-Saltimbocca, Grill-Gemüse, Rosmarin-Kartoffeln

Für zwei Personen

Für das Saltimbocca:

2 Hähnchenbrustfilets, à 180 g 4 Scheiben Parma-Schinken 6 Salbeiblätter
Olivenöl, Meersalz, Pfeffer

Für das Grillgemüse:

4 Möhren 1 Zucchini 1 Aubergine
1 Paprika, gelb 1 Paprika, rot 100 g Prinzessbohnen, TK
100 g Mais, TK 100 g Erbsen, TK 1 Zwiebel, rot
1 Zehe Knoblauch Olivenöl, Zucker Meersalz, Pfeffer

Für die Rosmarinkartoffeln:

500 g Drillinge 2 Zweige Rosmarin 4 EL Olivenöl
Meersalz, Pfeffer

Einen Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Einen zweiten Backofen auf 80 Grad Umluft vorheizen. Für die Kartoffeln die Rosmarinnadeln abzupfen und bei Seite legen. Die Drillinge waschen, trocknen und mit der Schale in Hälften schneiden. Die Kartoffeln mit der Schalenseite nach oben auf ein Blech mit Backpapier legen. Das Olivenöl darüber träufeln und mit dem Meersalz und dem Pfeffer würzen. Im Backofen bei 180 Grad etwa 30 Minuten garen. Zwischendurch wenden und zehn Minuten vor dem Ende der Garzeit die Rosmarinnadeln dazugeben. Die Hähnchenbrustfilets längs aufschneiden, wie ein Buch aufklappen und anschließend plattieren. Mit dem Meersalz und dem Pfeffer würzen. Je zwei Scheiben Parma-Schinken und drei Blätter Salbei in das Filet legen. Anschließend mit Rouladennadeln fixieren. Eine Pfanne mit Olivenöl erhitzen und die Filets von beiden Seiten drei Minuten scharf anbraten. Anschließend im Ofen bei 80 Grad warmhalten. Für das Gemüse die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und fein schneiden. Die Paprika, die Aubergine, die Möhren und die Zucchini in Würfel schneiden. Eine Grillpfanne mit Olivenöl erhitzen und die Zwiebel glasig andünsten. Anschließend den Knoblauch dazugeben und kurz anbraten. Die Aubergine, die Möhre und die Zucchini dazugeben. Die Erbsen, den Mais, die Prinzessbohnen und die Paprika untermengen und gar braten. Mit dem braunem Zucker, dem Meersalz und dem Pfeffer abschmecken. Das Hähnchen-Saltimbocca mit dem Grillgemüse und den Rosmarinkartoffeln auf Tellern anrichten und servieren.

Sarah Fiedler am 19. Januar 2015