

Gefüllte Hähnchen-Brust im Speck-Mantel und Ratatouille

Für zwei Personen

Für die Hähnchenbrust:

2 Hähnchenbrustfilets	10 Scheiben Schinkenspeck	8 getrocknete Tomaten
1 Knoblauchzehe	100 g Mozzarella	1 Bund Basilikum
100 ml Weißwein	100 ml Sahne	Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für das Ratatouille:

2 rote Paprikaschoten	1 gelbe Paprikaschote	1 kleine Zucchini
1 Aubergine	3 Tomaten	1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen	1 Bund Thymian	Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Backofen auf 150 Grad Umluft vorheizen. Einen weiteren Backofen auf 160 Grad Umluft vorheizen.

Filets waschen, trocken tupfen und seitlich eine Tasche einschneiden. Tasche aufklappen und von innen salzen und pfeffern.

Knoblauch abziehen, klein hacken und mit Tomaten in einer Pfanne mit Olivenöl anbraten. Mit Weißwein ablöschen, Sahne einrühren und einreduzieren lassen.

Mozzarella und Basilikum fein hacken und mit den Tomaten und Knoblauch zu einer Paste pürieren. Paste auf die Filets streichen, mit Speck umwickeln und in der Pfanne mit etwas Olivenöl scharf anbraten. Für 15 Minuten bei 150 Grad im Ofen garen und einige Minuten ruhen lassen. Rote Paprika der Länge nach aufschneiden und das Kerngehäuse entfernen. gelbe Paprika, Zucchini, Aubergine und Tomate waschen, putzen und in feine Würfel schneiden. Zwiebel und Knoblauch abziehen und in Olivenöl anbraten. Gemüse hinzufügen und mit Salz, Pfeffer und Thymian abschmecken.

Gemüse in die rote Paprikahälfte füllen und für 25 Minuten bei 160 Grad in den Backofen geben. Die gefüllte Hähnchenbrust im Speckmantel mit Tomaten-Sahne-Sauce und Paprika- Ratatouille auf Tellern anrichten und servieren.

Kevin Grafen am 28. Oktober 2015