Artikel vom 25.03.2026 · Ausgedruckt am 11.11.2026, 15:03 Uhr

Online: https://lz-rheinland-staging.p-k3txh2.project.space/nachricht/gefuellte-haehnchenbrustfilets-mit-pesto-und-salat

Gefüllte Hähnchenbrustfilets mit Pesto und Salat



Foto: IDG

Zutaten (für 4 Personen):

4 Hähnchenbrustfilets

150 g Rucola

60 g Rauchmandeln

60 g Parmesan (gerieben)

20 g Kapern

60 ml Olivenöl

2 Büffel-Mozzarella

Salz und Pfeffer

2 Birnen

300 g Rotkohl (Kühlung)

25 ml Apfelessig

2 EL Ahornsirup

20 ml Haselnussöl

Zubereitung:

Hähnchenbrustfilets trocken tupfen, seitlich einschneiden, aber nicht durchschneiden. Für das Pesto 100 g Rucola im Mixer pürieren. Mandeln, Parmesan, Kapern und 50 ml Olivenöl zugeben und alles zu einem groben Pesto mixen. Mozzarella in kleine Stücke schneiden, mit einem Drittel des Rucola-Pestos vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Hähnchenbrustfilets mit Mozzarella-Mischung füllen, mit gewässerten Zahnstochern verschließen, rundherum mit restlichem Olivenöl einreiben und mit Salz würzen. Grill für indirekte mittlere bis starke Hitze vorbereiten. Gefüllte Hähnchenfilets über indirekter Hitze bei geschlossenem Deckel 6 bis 8 Minuten grillen. Dann wenden, mit Pfeffer würzen und weitere 10 Minuten bei geschlossenem Deckel grillen. Vom Grill nehmen und 5 Minuten ruhen lassen. Birnen waschen, vierteln, entkernen und würfeln. Rotkohl mit Apfelessig, Ahornsirup, Haselnussöl, restlichem Rucola und Birnenwürfeln mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Gefüllte Hähnchenfilets mit dem Rotkohl-Birnen-Salat anrichten und mit restlichem Pesto genießen.

IDG