AUFWAND	KOCHDAUER	SAISON	HERKUNFT
mittel	40 Min.	ganzjährig	international

MISCHUNG

POULETFLEISCHVOGEL MIT OLIVEN-KRÄUTER-MISCHUNG



Rezept und Foto: compactcook

KURZ VORGESTELLT

Hier stellen wir eine Fleischvogel-Variante mit Pouletfleisch vor. Sie können sie auch als Involtini servieren.

ZUTATEN (4 PERSONEN)

500 g	Pouletbrust	3 EL	Petersilie
25 g	Mandeln, geschält	0.5	Zitrone, Abrieb
25 g	Oliven, schwarze	2 EL	Zitronensaft
2 EL	Paniermehl		Salz, Pfeffer

ZUBEREITUNG

1. Pouletbrust zu Plätzchen aufschneiden und klopfen. Poulet leicht salzen.
2. Backofen auf 80° C vorheizen.
3. Mandeln hacken und restliche Zutaten klein schneiden und zu einer Masse mischen. Würzen.
4. In Pouletplätzchen Masse einrollen und mit Holzspiesschen fixieren oder noch besser Küchengarn einschnüren.
5. Röllchen rundum gut anbraten und für mind. 15 Min. im Ofen in einer Backform durchgaren lassen. (Zeit je nach Grösse.)

TIPP: Aus Butter, Zwiebel, Knoblauch, Hühnerbouillon (und Weisswein) entsteht nach dem Anbraten in der Pfanne schnell eine Sauce. Diese eventuell zu den Röllchen in die Backform giessen.