

Gefüllte Hähnchenbrust mit Koriander und Senfkörnern, Sellerie und Kräuter-Möhren

Zutaten (4 Portionen)

4 Hähnchenbrüste à 130 - 160 g, ohne Haut

4 Blatt Salbei

4 Zahnstocher

1 kleines Bund Koriandergrün

2 EL Körnersenf

Salz, weißer Pfeffer aus der Mühle

Zucker

Olivenöl

2 - 3 große Möhren

200 g Knollensellerie

200 ml Wasser

2 EL Blattpetersilie

2 EL frische Majoranblättchen

Zubereitung

Möhren und Sellerie waschen, schälen, würfeln und einige Minuten in wenig Wasser dämpfen, herausnehmen und gut abtropfen lassen.

Die Hähnchenbrust waschen und mit Küchenpapier trocken tupfen.

Koriander fein schneiden.

Die Hähnchenbrust mit je einem Löffel Senf von innen bestreichen, mit Koriander bestreuen, zusammenrollen und mit dem Zahnstocher feststecken.

Salzen und Pfeffer.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, die Hähnchenbrüste hineinlegen und von allen Seiten ca. 10 Minuten braten.

Kurz vor dem Herausnehmen die Salbeiblättchen in die Pfanne geben, knusprig braten und die Hähnchenbrüste warm stellen.

Möhren und Sellerie im verbliebenen Bratfett gar braten. Petersilie und Majoran fein hacken und zum Gemüse geben. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Zahnstocher aus der Hähnchenbrust entfernen und das Gemüse dazu anrichten.

Getränkeempfehlung: Weißwein, trockener Riesling