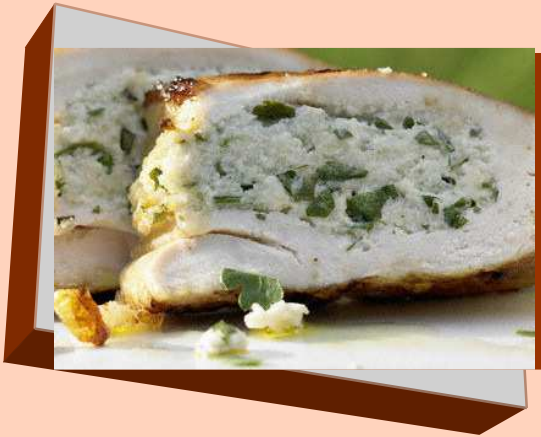


Gegrillte Hähnchenbrust gefüllt



ProPoints™ Wert: 5

Portionen: 4

Dazu passt hervorragend ein frischer Salat
oder gegrillte Gemüsespieße.

Kann auch im Backofen gemacht werden!

Zutaten

500 g Hähnchenbrustfilet, roh
3 Stängel Estragon
3 Stängel Petersilie
1 Zitrone
1 EL Honig
200 g Frischkäse (bis 1 % Fett absolut)
Salz
Pfeffer

Anleitung

Kräuter waschen, trocknen, Blätter abzupfen und fein hacken.
Mit dem Frischkäse mischen, salzen und pfeffern.

Hähnchenbrustfilets waschen und trockentupfen.
Am oberen Ende jedes Filets tief in das Brustfleisch schneiden, sodass eine
Tasche entsteht. Jede Hähnchenbrust großzügig mit der Käsemasse füllen.
Tasche mit Zahnstochern verschließen.

Zitrone auspressen. In einer Auflaufform 1 EL Saft mit Honig verrühren.
Hähnchenbrüste darin wenden und ca. 2 Stunden zugedeckt im Kühlschrank
marinieren.

Fleisch aus der Marinade nehmen und abtropfen lassen.
Hähnchenstücke auf dem heißen Grill unter mehrmaligem Wenden ca. 12
Minuten grillen.

Nach dem Grillen mit Salz und Pfeffer würzen und sofort servieren.