



15 Chicken Kiew auf Wirsing und neuen Kartoffeln

Zutaten für zwei Personen:

2 Hühnerbrustfilets
1 Bund Bärlauch
100g Butter
50ml Sahne
6-8 Kartoffeln
Panierstraße aus
Mehl, Ei und Semmelbröseln
1 Zwiebel, 1 Knoblauch
2 EL Speck
Salz, Pfeffer



Zubereitung:

Zuerst die gewaschenen Kartoffeln salzen, mit Öl in eine Pfanne legen und bei 180°C für 20-30 Minuten in den Ofen stellen.

Nun die Hühnerbrustfilets aufschneiden, so dass Sie drei Seiten aufklappen können, d. h. einmal durch ein Drittel des Fleisches, und nochmals durch die dickere Seite sägen. Salzen und pfeffern, dann plattieren.

Weiche Butter mit geschnittenem Bärlauch in einen Mixer geben und circa fünf Minuten mixen, bis die Butter schön grün ist. Das ist die Füllung des Hähnchens.

Sobald die Bärlauchbutter fertig ist geben Sie 1-2 EL der Butter auf das aufgeklappte Fleisch und falten die Fleischseiten zusammen (Rest kann eingeschlagen in Frischhaltefolie für Wochen im Kühlschrank gelagert werden). Falls ein Loch in der Roulade entsteht, einfach etwas Fleisch abteilen und über das Loch legen. Jetzt lieber doppelt panieren, damit nichts auslaufen kann.

Nun die Rouladen für circa 5 Minuten in den Kühlschrank stellen.

Platz säubern. Öl in einem Topf heiß werden lassen. Den Speck anbraten. In der Zwischenzeit die Zwiebeln schneiden und Knoblauch hinzugeben. Anschwitzen lassen. Die Sahne aufgießen. Wirsingblätter in dünne Streifen schneiden und hinzugeben. Köcheln lassen. Etwas Wasser nachgießen. 3-4 Minuten Einreduzieren lassen.

Legen Sie die Hähnchen in eine Pfanne mit heißem Öl. Nicht zu heiß einlegen. Langsam frittieren.

Nach ca. 5 Minuten ist alles fertig. Richten Sie zuerst den Wirsing an, darauf das Huhn, daneben die Kartoffeln.

Guten Appetit wünscht



**FRANKEN
FERNSEHEN**