



Hähnchenbrust mit Ananas und Schinken gefüllt

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 20m
- **Zubereitungszeit:** 20m
- **Fertig in** 40m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '40', 'cook_time' : '20m', 'prep_time' : '20m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Gefällt den Kleinen ganz bestimmt!, bürgerlich für jeden Tag

Zutaten

- Für die gefüllten Hähnchenbrüste:
- 2 handelsübliche Hähnchenbrüste / 4 Stück
- 4 Scheiben gekochter Scheiben
- 4/2 Scheiben frische Ananas
- Salz, Pfeffer
- Für das Nizzaer Erbsengemüse:
- 500 g tiefgekühlte feine Erbsen
- 50 g gekochter Schinken in Würfeln
- 2 Schalotten, gewürfelt
- 1 Kopfsalatherz in Streifen "Chiffonade"
- 1/2 Becher Crème fraiche
- Die Panade:
- 2 Eier mit etwas Milch verklappert
- Salz, Pfeffer, geriebene Muskatnuss

Zubereitungsart

Schritt1

In die Hähnchenbrüste mit einem "Schmetterlingsschnitt" von der „Fleischseite“ eine Tasche schneiden.

Schritt2

Aufklappen, ev.drücken / klopfen, etwas salzen und pfeffern.

Schritt3

Mit einer zugeschnittenen Scheibe gekochtem Schinken und

Schritt4

einer 1/2 Scheibe Ananas belegen. Einschlagen ev. mit einem Zahnstocher verschließen. Äußerlich wieder leicht würzen und mit Mehl bestäuben.

Schritt5

Die Eier mit etwas Milch verquirlen und die Brüstchen durch die Ei - Panade ziehen .In brauner Butter ca. 3 - 4 min. auf jeder Seite appetitlich, goldbraun heraus braten; etwas in der Pfanne "ausruhen lassen"

Schritt6

Das Nizzaer Erbsengemüses:

Schritt7

Die Schalotten in Butter glasig anschwitzen, und die Schinkenwürfel

Schritt8

dazu geben. Dann folgen die tiefgekühlte Erbsen. Mit Salz, etwas Zucker, Pfeffer und Muskatnuss würzen.

Schritt9

Einen 1/2 Becher Crème fraiche dazu geben, 3-4 min. köcheln lassen.

Schritt10

1 Kopfsalatherz in Streifen , "Chiffonade" schneiden und zu den Erbsen geben; eine weitere min. zusammen köcheln lassen.

Schritt11

Reichlich frische Petersilie darüber streuen.

Schritt12

Anrichtevorschlag:

Schritt13

Die Hähnchenbrust in drei Teile tranchieren und auf dem Erbsengemüse anrichten.

Schritt14

Die Beilagemöglichkeiten sind mannigfach wie:

Schritt15

Verschiedene Gemüse-Nudeln, Risotto, Kartoffelgratin, Kartoffel Pürrèe etc.

Tags: einfach, für kinder, lecker, preiswert, schnell

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/haehnchenbrust-mit-ananas-und-schinken-gefüellt/>