

Hier und heute



Mit Spinat gefüllte Hähnchenröllchen dazu Tomatensalsa und Himbeersalat

Alexander Wulf kombiniert frischen Spinat mit saftigem Hähnchen zu fein gefüllten Röllchen mit Tomatensalsa und Himbeersalat.

Das Rezept

von Alexander Wulf für ca. zwei Personen

Zutaten für Hähnchenröllchen

- 2 Maishähnchenbrüste
- 300 g Babyspinat, geputzt
- 1 kleine Schalotte, fein geschnitten
- 2 Scheiben Emmentaler
- 1 Knoblauchzehe, fein geschnitten
- Salz, Pfeffer
- 30 g Butter

Zutaten für Tomatensalsa

- 1 Schalotte, fein geschnitten
- 1 Knoblauchzehe, fein geschnitten
- 3 EL Olivenöl
- 200 g geschälte Tomaten (Dose)
- Salz
- Pfeffer
- 1 Prise Zucker
- 1 Zweig Thymian
- 1 EL Basilikum, fein geschnitten

Zutaten für den Himbeersalat

- 100 g Feldsalat
- 100 g Himbeeren
- 1 EL Himbeeressig
- 1 TL Honig
- 1 Msp. Senf
- 2 EL Olivenöl
- Salz, Pfeffer

Zubereitung

Den Spinat mit Schalotte und Knoblauchzehe in Butter anschwitzen, bis er zusammengefallen ist. Anschließend auf einen Teller geben und auskühlen lassen. Die Hähnchenbrüste mittig einschneiden und mit einem Plattierisen flach klopfen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den ausgedrückten Spinat darauf verteilen, mit Käse belegen und das Fleisch aufrollen. Mit Küchengarn binden und von außen mit Salz und Pfeffer würzen. Die Röllchen in Olivenöl von allen Seiten anbraten und anschließend im vorgeheizten Backofen bei 160 °C etwa acht Minuten garen.

Für die Salsa Schalotte und Knoblauch in Olivenöl anschwitzen. Die Tomaten hinzufügen und mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken. Mit Thymian und Basilikum verfeinern und etwa zehn Minuten einkochen lassen, bis eine dickliche Tomatensalsa entsteht.

Hier und heute



Für das Dressing Essig, Senf, Honig, Salz, Pfeffer und Olivenöl miteinander verrühren, bis eine Emulsion entsteht.

Die Röllchen schräg in der Mitte anschneiden und auf der Tomatensalsa anrichten. Den Feldsalat darauf geben, mit dem Dressing marinieren und mit Himbeeren toppen.