

Basilikum - Hähnchenbrustschnitzel im Schinkenmantel mit Nizzaer Erbsen



- **Küche:** Deutsch
- **Gang:** Mittagessen
- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht

- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 15m
- **Zubereitungszeit:** 20m
- **Fertig in** 35m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '35', 'cook_time' : '20m', 'prep_time' : '15m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Ein schnelles, einfaches, dabei aber sehr leckeres Rezept aus der Gekonntgekocht „Expressküche“. Schnell improvisiert, wenn es einmal wieder keine Zeit für langes Kochen gibt. Doch das wird die Familie gar nicht merken, denn es ist ausgesprochen stimmig. Feine TK- Erbsen sind akzeptabel und schmecken mit Zwiebeln, Schinken, Creme fraiche, Salatstreifen und reichlich Petersilie hervorragend. Außerdem sind sie sehr gesund und enthalten viele gesundheitsfördernde Stoffe. Dazu essen die Kinder sicherlich gerne Krokette oder Schnittlauch- Kartoffel Püree.

Genießen Sie dieses tolle Gericht!

Zutaten

- 4 frische, handelsübliche Hähnchenbrüste mit Haut und ohne Oberflügel
- 4 Scheiben roher Schinken
- 12 Basilikumblätter
- 1 EL Pflanzenöl
- 1 EL Butter
- **Für die Nizzaer Erbsen:**
- 2 mittelgroße Zwiebeln, gewürfelt
- 1 EL Butter
- 60 g gekochter Schinken in dünnen Streifen
- 400 g TK- feine Erbsen
- 2 Tomaten ohne Blüte, gebrüht, entkernt, in kleinen Würfeln
- 2 - 3 Kopfsalatblätter in dünnen Streifen
- 2 EL Creme fraiche
- 2 EL gehackte Petersilie
- Salz, Pfeffer aus der Mühle, etwas geriebene Muskatnuss

Zubereitungsart

Schritt1

Die Hähnchenbrüstchen unter fließendem Wasser waschen, wieder trocken tupfen und die Haut von einer Seite lösen.

Jeweils drei Basilikumblätter darunter schieben und die Haut wieder darüber legen. Schließen, in den Schinken wickeln, eventuell mit einem Zahnstocher feststecken.

Schritt2

Salzen, pfeffern und leicht mit Mehl bestäuben.

(Brät sich besser und bekommt eine schöne, gleichmäßig braune Farbe)

Schritt3

In einer ausreichend großen Bratpfanne, mit heißer Butter und bei nicht zu großer Hitze, zuerst auf der Naht anbraten, danach wenden.

Farbe nehmen lassen, am Herdrand, oder im vorgeheizten Backofen zum Ende garen; rosa - saftig halten.

Schritt4

Zeitgleich die Zwiebeln in der Butter glasig anschwitzen, die Schinkenstreifen dazu geben, mit angehen lassen.

Die aufgetauten Erbsen hinzufügen, Deckel drauf, weich dünsten, kurz halten.

Mit Salz, Pfeffer und etwas geriebener Muskatnuss würzen, Creme fraiche verrühren.

Schritt5

Zum Schluss die Salatstreifen, Tomatenwürfel und die Petersilie unterschwenken; nur noch kurz erhitzen, servieren.

Rezeptart: Fleischgerichte, Geflügel, Geflügelgerichte, Kleine Gerichte, Schnelle Rezepte

Zutaten: Basilikum, Butter, Creme Fraiche, Erbsen, Hähnchen, Öl, Petersilie, Pfeffer, Salat, Salz, Schinken, Tomaten, zwiebel

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/basilikum-haehnchenbrustschnitzel/>