



KOCHREZEPTE

Hähnchenbrust Tomate-Mozzarella

Zutaten für 2 Personen

2 Hähnchenbrustfilets (ca. 400 g)

150 g Strauchtomaten

75 g Mozzarella

2 EL Olivenöl

etwas Olivenöl für die Form

6-10 Basilikumblätter

2 TL Basilikum-Pesto

Salz, Pfeffer und getrockneter Oregano

Die Filets waschen, trocknen und in flache Scheiben schneiden. Tomaten waschen, Stielansatz heraus-schneiden und in Scheiben schneiden. Mozzarella in Scheiben schneiden. Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

1 EL Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die Filets darin kurz von beiden Seiten anbraten. Eine Auflaufform dünn mit Öl einpinseln. Oberseite der Filets mit Pesto bestreichen und in die Form legen, mit Salz und Pfeffer würzen. Dann Tomatenscheibe, Basilikumblatt und Mozzarella aufschichten. Den Käse mit Olivenöl einpinseln und mit wenig Oregano bestreuen. Im Ofen (Mitte) 20 Min. garen. Dazu passt ein Blattsalat mit Balsamico-Dessing.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten + 20 Minuten Garzeit

Praxisprechstunden

MO	DI	MI	DO	FR
08 – 13 15 – 18 Uhr	08 – 13 15 – 18 Uhr	08 – 12 – Uhr	08 – 13 15 – 19 Uhr	08 – 14 – Uhr