

MAISHÄHNCHEN MIT SALSA VERDE

DAUER

Vorbereitung: 20-25 Minuten
Grillzeit: 10-15 Minuten

ZUBEHÖR

Spritzsack zum Befüllen der Filets

ZUTATEN

4 Maishähnchen Brustfilets
Salz und Pfeffer nach Geschmack

Für die Salsa Verde:

½ Tasse frische Petersilie, geschnitten
6-8 Kapern, fein geschnitten
2 Anchovis Filets, fein geschnitten
1 Knoblauchzehe, gerieben
Saft und Abrieb von ½ Bio Zitrone
50 g geriebenen Parmesan oder Pecorino romano
50 ml Olivenöl
½ Tasse Semmelbrösel
Salz, Pfeffer nach Geschmack

ZUBEREITUNG

SCHRITT 1:

Zubereitung Salsa Verde: Die Petersilie, Kapern, Anchovis-Filets, Knoblauch, Zitronensaft und -abrieb in einen Mörser geben und mit einem Stößel zerstoßen. Das Olivenöl langsam unter Rühren hinzufügen. Die Salsa weiter rühren, bis sie glatt ist. Semmelbrösel und geriebenen Parmesankäse hinzugeben und erneut rühren, bis die Salsa eine dicke, körnige Konsistenz hat. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. In einen Spritzsack füllen

SCHRITT 2:

Mit einem scharfen Messer oder einem Wetzstahl der Länge nach eine Tasche in die Hähnchenbrustfilets stechen. Die Taschen mit der Salsa Verde füllen. Die Hähnchenbrustfilets mit Zahnstochern schließen.

SCHRITT 3:

Hähnchenbrustfilets 2-3 Minuten ruhen lassen, bevor Sie serviert werden. Zahnstocher entfernen.

SCHRITT 4:

Korianderkraut, Zitronenzeste und geröstete Sesamsaat zugeben. Hauptbrenner ausschalten und den Röstbrenner auf Kleinstellung stellen, Deckel schließen. So ca. 2 1/2 Stunden bei 120°C garen.

TIPP:

Als Beilage passen sehr gut gegrillte Kartoffel, geschmorte Zwiebel und ein frischer Salat.