

Involtini mit Bärlauch/Spinat

Rezept für 4 Portionen

6 Scheiben Prosciutto oder Speck
2 Hühnerbrüste
200 g Frischkäse
50 g Parmesan
100 g Bärlauch oder Spinat
Eine Handvoll Kräuter
Zeste von 1 Zitrone
Salz
Pfeffer

Olivenöl zum Braten
100 ml Hühnerfond für extra Sauce



Zubereitung:

Für die Füllung Spinat oder Bärlauch fein hacken, Zitronenschale abreiben, vermischen mit Frischkäse. Salzen und pfeffern.

Das Fleisch mit einem Fleischklopfer sanft klopfen. Das Fleisch von innen und außen salzen. Zuerst mit Prosciutto belegen, danach mit Frischkäse füllen und fertig rollen.

Zum Verschließen mit Küchengarn binden oder mit einer Rouladennadel fixieren.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Rouladen auf mittlerer Hitze 15 bis 20 min braten (je nach Größe), bis das Fleisch durch ist. Die Involtini öfter umdrehen, damit sie von allen Seiten goldbraun werden.

Für extra Soße mit etwas Hühnerfond aufgießen.

Nach dem Servieren in 1 cm Scheiben schneiden.