

Geflügel Rezepte

Wirsing Mit Geflügel Kräuter Füllung

Anzahl: 4 Portionen - Gattung: Hauptspeise, Kohl, Gemüse, Gesund

100 g	Knollensellerie	1	Essl. Creme fraiche
8	Wirsingblätter		Weißer Pfeffer
300 g	Hähnchenbrustfilet		Salz
2	Zwiebeln	1/2	Apfel
1	Essl. Butterschmalz	1	Teel. Rosenpaprika
1/2	Bd. Schnittlauch	1	Teel. Instand - Gemüsebrühe
1/2	Bd. Petersilie	1	Dose (klein) geschälte Tomaten
2	Eier		

Salzwasser in einem großen Topf zum Kochen bringen. Sellerie putzen, in kleine Würfel schneiden. Beim Wirsing die dicken Blattrippen flach schneiden. Blätter in dem kochendem Wasser 3 Min. blanchieren, eiskalt abschrecken und auf einem Küchentuch ausbreiten und trockentupfen.

Dann Sellerie 3 Min. in dem Wasser garen, abgießen. Hähnchenbrustfilets in 1/2 cm große Würfel schneiden. Zwiebeln abziehen und fein hacken. In einer Pfanne und in einem großen Topf jeweils etwas Butterschmalz zerlassen. Jeweils die Hälfte der Zwiebeln hineingeben und andünsten.

Die Hähnchenwürfel in die Pfanne geben, unter Rühren kräftig braten. Die vor gegarten Selleriewürfel untermischen. Abkühlen lassen. Schnittlauch und Petersilie hacken. Mit Eiern und Creme fraiche unter die Hähnchenwürfel mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. In den großen Topf die Tomaten aus der Dose gießen, zerkleinern, einen halben geschälten Apfel hinein reiben. Mit Pfeffer, Paprika, Brühe und Salz verrühren.

Je zwei Wirsingblätter aufeinanderlegen. Die Hähnchen-Füllung darauf verteilen. Erst die untere Seite (mit dem Strunkansatz) darüber schlagen, dann die Seiten einklappen, zuletzt den oberen Teil darumlegen. Wirsingtäschchen in die Tomatensoße legen und bei geschlossenem Deckel und milder Hitze ca. 20 Min. garen.

Beilage: Reis