WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Hähnchen-Bruschetta

Zutaten (für 4 Personen):

4 Hähnchenbrustfilets (aus deutscher Erzeugung)
1 TL Thymian
1 TL Oregano
1 TL Rosmarin (gemahlen)
0.5 TL Pfeffer
3 Tomaten
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
2 EL Olivenöl
Basilikum
4 EL Balsamico-Creme
2 EL Pinienkerne



Nährwerte:

Pro Portion ca. 353 kcal, 12 g Fett, 14 g Kohlenhydrate, 46 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

circa 30 Minuten

WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Hähnchen-Bruschetta

Zubereitung:

1. Zuerst Thymian, Oregano, Rosmarin und Pfeffer mischen. Die Hähnchenfilets rundum damit bestreuen…



2. …und in 1 EL Öl circa 5 bis 7 Minuten je Seite scharf anbraten.



3. Dann die Tomaten in feine Würfel schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen und ebenfalls fein würfeln. Alles mit Öl und gehacktem Basilikum mischen.

Hähnchen-Bruschetta



4. Jetzt noch die Pinienkerne ohne Öl circa 3 bis 4 Minuten anrösten.



5. Zum Schluss die Hähnchenfilets mit der Tomaten-Mischung, der Basilikum-Creme und den Pinienkernen toppen und genießen. Lecker!



WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Hähnchen-Bruschetta



Einkaufstipp

Heimische, nachhaltige und nach hohen Standards erzeugte Lebensmittel sind dir wichtig? Dann achte beim Einkauf von Geflügelfleisch auf die „D“s auf der Verpackung: diese garantieren dir Geflügelfleisch aus Deutschland.

Weitere Informationen rund um Geflügelfleisch aus Deutschland sowie viele leckere Rezepte finden Sie auf **www.deutsches-geflügel.de**