

## Minestrone mit Hähnchenfiletspießen und Parmaschinken

### Zutaten

#### (für 4 Personen):

600 g Hähnchenbrustfilet (aus deutscher Erzeugung)  
1 Zwiebel  
2 Knoblauchzehen  
2 Möhren  
1 Zucchini  
1 Zucchini  
3 EL Olivenöl  
600 g stückige Tomaten  
400 ml Gemüsebrühe  
1 TL italienische Kräuter  
400 g weiße Bohnen  
100 g Parmaschinken  
Basilikum  
4 EL Parmesan (gehobelt)



### Nährwerte:

Pro Portion ca. 673 kcal, 19 g Fett, 42 g Kohlenhydrate, 49 g Eiweiß

### Zubereitungszeit:

circa 45 Minuten

## Minestrone mit Hähnchenfiletspiessen und Parmaschinken

### Zubereitung:

1. Zuerst die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein würfeln. Dann die Möhren schälen und in Scheiben schneiden, Und die Zucchini ebenfalls kleinschneiden. Alles in 2 EL Öl 5 Minuten anschwitzen.



2. Anschließend mit Tomaten, Brühe und italienischen Kräutern circa 12 bis 15 Minuten garen.



3. Die Bohnen abtropfen und mit dem gezupften Parmaschinken für 1 bis 2 Minuten mit garen, dann mit Salz und Pfeffer abschmecken.



## Minestrone mit Hähnchenfiletspießen und Parmaschinken

4. Als nächstes die Hähnchenbrustfilet halbieren, auf Spieße stecken, und in 1 EL Öl von jeder Seite 5 bis 7 Minuten scharf anbraten.



5. Zum Schluss die Minestrone mit den Hähnchenspießen, Basilikum und Parmesan anrichten und genießen.



WE LOVE  
GEFLÜGEL!



Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

## Minestrone mit Hähnchenfiletspießen und Parmaschinken



### 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-gefluegel.de](http://www.deutsches-gefluegel.de)