WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Hähnchenfilet auf Kürbis-Eier-Baguette

Zutaten (für 4 Personen):

4 Hähnchenfilets
1 kg Kürbis
2 Eier
1 Bund Petersilie
4 EL Sahne
Salz und Pfeffer
1 Baguette
2 EL Butterschmalz
4 Tomaten
4 Frühlingszwiebeln
2 EL Öl
1 TL eingelegte Pfefferkörner



Nährwerte:

Pro Portion ca. 700 kcal, 25 g Fett, 70 g Kohlenhydrate, 50 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

circa 35 Minuten

WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Hähnchenfilet auf Kürbis-Eier-Baguette

Zubereitung:

1. Den Kürbis garen und pürieren.



2. Kürbispüree mit Eiern, Hälfte der Petersilie, Sahne und Salz und Pfeffer mischen. Baguettescheiben in der Kürbismasse wenden…

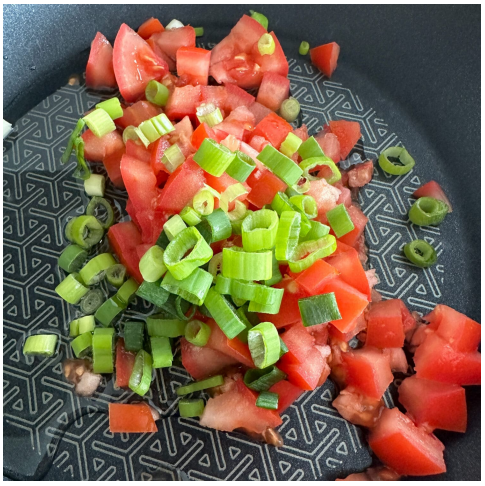


3. …und in dem Butterschmalz goldbraun anbraten. Anschließend bei 120 Grad in den Ofen geben.

Hähnchenfilet auf Kürbis-Eier-Baguette



4. Tomaten und Lauchzwiebeln in 1 EL Öl 2 bis 3 Minuten anbraten.



5. Pfefferkörner und restliche Petersilie unterrühren.



WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Hähnchenfilet auf Kürbis-Eier-Baguette

6. Die Hähnchenfilets in 2 EL Öl von beiden Seiten…



7. …circa 5 bis 7 Minuten scharf anbraten, bis sie goldbraun sind.



8. Nur noch die Hähnchenfilets auf dem Kürbis-Ei-Baguette anrichten und genießen.



WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Hähnchenfilet auf Kürbis-Eier-Baguette



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**