



Hähnchenbrust im Parmaschinkenmantel

Zutaten

- 16 Blätter Basilikum
- 600 g Hähnchenbrustfilets
- 4 Slightly leveled tablespoons Parmaschinken
- 100 g Kirschtomaten
- 40 g Frühlingszwiebeln
- 1 EL THOMY Reines Sonnenblumenöl
- 300 ml Wasser
- 100 g Schlagsahne
- 1 Beutel MAGGI Fix für Rustikales Filet Pfännchen

Zubereitung

1. Je vier Basilikumblätter auf die Hähnchenbrustfilets legen und mit Parmaschinken umwickeln.
2. Kirschtomaten waschen und halbieren. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in Ringe schneiden.
3. In einer Pfanne THOMY Reines Sonnenblumenöl heiß werden lassen. Hähnchenbrustfilets darin von beiden Seiten anbraten und herausnehmen. Anschließend Frühlingszwiebeln anbraten.
4. Wasser und Sahne zugießen, MAGGI Fix für Rustikales Filet Pfännchen einrühren und aufkochen. Hähnchenbrust zugeben und zugedeckt 15 Min. garen. Kurz vor Ende der Garzeit die halbierten Kirschtomaten zufügen. Die restlichen Basilikumblätter hacken und auf die Hähnchenbrustfilets streuen.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	8 g
Energie	317 kcal
Fett	13 g
Protein	41 g

🕒 30 Minuten

⊕ 4 Portionen