

Kochen mit Klaus

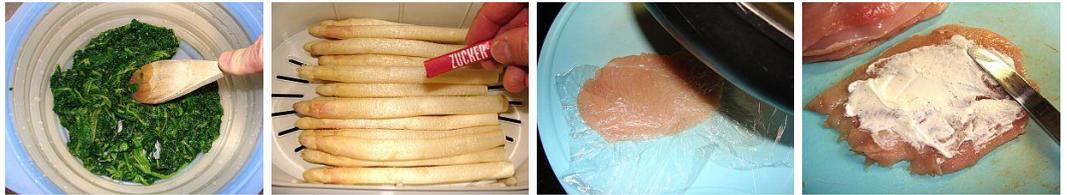
Hähnchenrouladen mit Spargel

Zutaten: (Für 3-4 Personen)

- 180 g TK-Blattspinat, 5 Hähnchenschnitzel, 100 g Frischkäse, Pfeffer
- 15 Stangen weißer Spargel, Salz, Zucker, Zitronensaft, 1 kl. Zwiebel,
- Butter, 80 ml Weißwein, 250 ml Cremefine, 200 ml Hühnerbrühe,
- 3-4 EL helle Sauce, Schnittlauch & Petersilie (TK)

Zubereitung:

1. Spinat auftauen u. gut ausdrücken. Spargel schälen, Enden abtrennen. Spargel mit Salz, Zucker u. Zitronensaft ca. 15 Min. im Dampfgarer garen (Sud aufheben). Zwiebel abziehen u. fein würfeln.



2. Hähnchenschnitzel in Klarsichtfolie mit einer Bratpfanne dünn klopfen, salzen, pfeffern u. mit Frischkäse bestreichen. Den Blattspinat darauf verteilen, je 3 Spargelstangen darauf legen, zusammenrollen u. fixieren.



3. Rouladen in Butter rundum anbraten, Zwiebeln zugeben u. andünsten. Mit Cremefine, Brühe u. 150 ml Spargelsud ablöschen. Rouladen abgedeckt ca. 20 Min. köcheln lassen, herausnehmen u. warmstellen. Sauce mit heller Sauce eindicken lassen, mit Wein verlängern. Restl. Frischkäse einrühren, salzen, pfeffern u. Kräuter einrühren. Mit Rouladen zur Beilage servieren.



Tipp des Chaoten: Mit Weißwein zu Bandnudeln servieren.



Erstellt von Klaus am 03.05.2014