

Hühnerbrust mit Spinat und Käse

Die Hühnerbrust mit Spinat und Käse ist eine würzig, köstliche Rezept-Idee. Das gefüllte Filet ist rasch zubereitet und wird im Ofen gebacken.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 35 min

Gesamtzeit: 50 min



Zutaten

| | |
|---------|--------------------------------------|
| 4 Stk. | Hühnerbrüste |
| 300 g | Spinat (TK angetaut) |
| 100 g | Parmesan (gerieben) |
| 60 ml | Olivenöl extra vergine |
| 1 Prise | Salz |
| | Öl |

Zubereitung

1. Zuerst den Backofen auf 200 °C vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen.
2. Den angetauten Spinat, Frischkäse, Parmesan und Olivenöl zu einer Masse verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.
3. Die Hühnerbrüste an der Seite vorsichtig Taschen einschneiden. Die Filets mit der Masse füllen und zusammen klappen.
4. Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen und die Filets von beiden Seiten scharf anbraten. Auf das Backblech legen und zirka 35-40 Minuten fertig backen.

Tipp

Dazu Reis und einen Blattsalat servieren.