

Hähnchen-Brust-Streifen mit Backtomaten, Rucola-Salat

Für zwei Personen

Für die Backtomate:

2 große Fleischtomaten 3 Mozzarella 40 g Pinienkerne

1 Bund Basilikum Balsamico (Glace)

Für den Rucolasalat:

2 Hähnchenfilets 1 Bund Rucola 2 Knoblauchzehen

3 EL Olivenöl 3 EL Weißweinessig Zucker, Salz, Pfeffer

Den Backofen auf 150 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Fleischtomaten waschen, trocken tupfen und vorsichtig aushöhlen. Für die Füllung das Basilikum waschen, trocken tupfen und fein hacken. Im Mörser den Mozzarella mit den Pinienkernen zerdrücken, das gehackte Basilikum untermischen und mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend die ausgehöhlten Fleischtomaten mit der Mozzarella-Masse füllen und in den vorgeheizten Backofen geben. Die Hähnchenfilets waschen, trocken tupfen und in feine Streifen schneiden. Den Knoblauch abziehen, fein hacken und mit den Hähnchenstreifen in einer Pfanne mit etwas Olivenöl anbraten und mit Balsamico Glace abschmecken. Den Rucola waschen, trocken tupfen und die Stiele abschneiden. Für das Dressing in einer Schüssel etwas Olivenöl, Essig, Balsamico, Salz und Pfeffer verrühren, mit Zucker abschmecken. Den Rucolasalat auf einem Teller anrichten, mit dem Dressing beträufeln, die Backtomate aus dem Ofen nehmen und auf die Mitte des Tellers legen. Mit Basilikum garnieren und servieren.

Franziska Müller am 26. August 2014