



Hähnchenfilet Wellington

mit feiner Champignon-Nuss-Füllung



30-40min



3-4 Personen

Wir stimmen und schon mal ein auf die festliche Vorweihnachtszeit und freuen uns auf besondere kulinarische Genüsse, wie etwa dieses feine Hähnchenfilet Wellington. Das zarte Fleisch wird mit einer cremigen Walnuss-Pilz-Sauce bestrichen und umhüllt von knusprigem Blätterteig gebacken. Dazu gibt es einen leichten grünen Salat. Guten Appetit!

- weiße Champignons
- frische Petersilie & Thymian
- gemischter Salat
- Crème fraîche ⁷
- Zwiebeln
- Hähnchenbrustfilet
- Walnusskerne ¹⁵
- Blätterteig ¹

- Essig
- Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

- Pfanne
- Backblech

Kochtipp

Für dieses Rezept bekommst du zwei große Hähnchenbrustfilets, aber in der gleichen Menge als wären es kleinere. So sparen wir Verpackungsmüll und können dir weiterhin gute Fleischqualität anbieten.

Gluten (1), Milch (7), Nüsse (15). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Energie 970kcal, Fett 70.7g,
Kohlenhydrate 39.8g, Eiweiß 41.7g



1. Pilze vorbereiten

Den Backofen auf 200°C Umluft (220°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. Die **Pilze** ggf. mit etwas Küchenkrepp oder einer Bürste säubern und in dünne Scheiben schneiden. Die **Thymianblätter** von den Stängeln streifen und fein hacken.



2. Füllung zubereiten

Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und in möglichst feine Würfel schneiden. Die **Zwiebelwürfel** mit dem **Thymian** in einer großen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 1-2Min. glasig andünsten. Die **Pilze** hinzufügen und ca. 2-3Min. bei starker Hitze scharf anbraten. Mit der **Crème fraîche** ablöschen, gut verrühren und ca. 1-2Min. einköcheln lassen.



3. Füllung fertigstellen

Die **Petersilie samt Stängeln** grob hacken.
Die **Walnüsse** fein hacken und mit ca. **3/4 der Petersilie** zu den **Pilzen** in die Pfanne geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



4. Hähnchen schneiden

Die **Hähnchenbrust** längs halbieren, sodass jeweils zwei 2-3cm dicke Filets entstehen. In einer zweiten großen Pfanne 1-2EL Olivenöl erhitzen und das **Fleisch** von beiden Seiten bei starker Hitze ca. 1-2Min. scharf anbraten. Aus der Pfanne nehmen und mit Salz und Pfeffer würzen.



5. Teig füllen

Die **Blätterteige** halbieren, auf jeder Hälfte in Größe der Fleischstücke Füllung verteilen, das **Fleisch** darauflegen und mit der **restlichen Füllung** bestreichen. Den **Blätterteig** einschlagen und an der Seite verschließen. **Tipp:** Wer mag, kann die Pakete mit verquirltem Eigelb bestreichen. Auf der mittleren Schiene ca. 15-20Min. im Ofen goldbraun backen.



6. Salat zubereiten

Aus 2EL Olivenöl, 1EL Essig, Salz und Pfeffer ein **Dressing** anrühren und mit dem **Salat** vermischen. Die **Hähnchen-Blätterteig-Taschen** mit der restlichen **Petersilie** garnieren und mit dem **Salat** servieren.