



Hähnchen-Cranberry-Roulade

dazu Grünkohl-Apfel-Salat mit Süßkartoffel



ca. 35min



3-4 Personen

Zur zarten Hähnchenroulade mit einer unwiderstehlich aromatischen Füllung aus Cranberrys, Pflaumenchutney und geschmolzenem Käse gibt es als frisch-farbenfrohen Kontrast einen herzhaften Grünkohlsalat mit fruchtigen Apfelstückchen, cremiger Süßkartoffel und knusprigen Pekannüssen. Oh ja: Das schmeckt!

- 2 Stücke italienischer Hartkäse ²
- 50g getrocknete Cranberrys
- 2 Pck. Pflaumen-Gewürz-Chutney ³
- 2 Hähnchenbrustfilets
- 2 Süßkartoffeln
- 50g Pekannusskerne ⁴
- 2 grüne Äpfel
- 2 Bund Grünkohl
- 1 Pck. Gemüsebrühgewürz

- 1½EL körniger Senf ³
- 2EL Weizenmehl ¹
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

- Backöfen und Auflaufform
- Backblech und Backpapier
- mittelgroße Pfanne
- Messbecher
- Küchenreibe
- Frischhaltefolie
- Zahnstocher

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Gluten (1), Milch (2), Senf (3),
Schalenfrüchte (4). Kann Spuren von
anderen Allergenen enthalten.

Energie 782kcal, Fett 46.4g,
Kohlenhydrate 49.5g, Eiweiß 37.4g



Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Den **Käse** fein reiben und mit den **Cranberrys** und dem **Chutney** vermengen.



Das **Fleisch** trocken tupfen und jeweils horizontal halbieren, dann zwischen Frischhaltefolie mit einer schweren Pfanne oder einem Fleischklopper ca. 0,5cm dünn ausklopfen und von beiden Seiten mit je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer würzen. Die **Füllung** auf dem **Fleisch** verteilen, das **Fleisch** aufrollen und die **Rouladen** mit einem Zahnstocher oder Schaschlikspieß fixieren.



Die **Rouladen** in eine Auflaufform geben, mit 2EL Olivenöl beträufeln und im Ofen 20-30Min. backen, bis sie goldbraun und gar sind.



Die **Süßkartoffeln** ggf. schälen, in ca. 1 cm große Würfel schneiden und auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit 2EL Olivenöl sowie je ½TL Salz und Pfeffer vermengen. Zu den **Rouladen** in den Ofen geben und in ca. 15Min. goldbraun und knusprig backen. Die **Pekannüsse** grob hacken und während der letzten ca. 7Min. auf dem Blech mitrösten.



Die **Äpfel** vierteln, entkernen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Die Strünke entfernen, den **Grünkohl** in Stücke zupfen und mit ½ TL Salz 1-2 Min. kräftig durchkneten. 4 EL Olivenöl, 2 EL Essig, 1-2 EL Wasser, 1 ½ EL Senf und je 1 kräftige Prise Zucker und Salz verrühren. **Grünkohl, Äpfel, Süßkartoffeln** und **Nüsse** kurz vor dem Servieren mit dem **Dressing** vermengen.



Den ausgetretenen **Bratensaft** der **Rouladen** in einer mittelgroßen Pfanne bei mittlerer Hitze erwärmen. 2EL Mehl ca. 30Sek. unterrühren, 300ml Wasser angießen und die **½ des Brühgewürzes** einrühren. Kurz aufkochen und bis zur gewünschten Konsistenz einköcheln lassen. Die **Rouladen** mit der **Sauce** beträufeln und mit dem **Grünkohl-Apfel-Salat** servieren.

Verzichte auf gedruckte Rezepte - ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**

Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an.    **#marleyspooning**