

Hähnchenbrust im Sauerkraut Blätterteig-Mantel

Zutaten für 4 Personen:

400 g Blätterteig
2 Dosen Mildessa
Rieslingkraut à 425 ml
3 EL Crème fraîche
2 Eigelbe
3 EL feingeschnittener Schnittlauch
2 EL Pflanzenöl
2 Hähnchenbrüste ohne Haut
Salz, Pfeffer aus der Mühle

Außerdem:

Mehl zum Ausrollen des Teiges
1 verquirltes Eigelb zum Bestreichen



Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

Garzeit: ca. 25-30 Minuten

Nährwerte pro Portion

Kilojoule / Kilokalorien: 2727 / 651

Eiweiß: 23,7 g, Fett: 45,3 g, Kohlenhydrate: 34,5 g

Zubereitung:

Schritt 1: Der Anfang

Das Sauerkraut auf ein Sieb schütten, abtropfen lassen, gut ausdrücken und in eine Schüssel füllen. Die Crème fraîche mit den Eigelben und dem Schnittlauch verrühren und unter das Kraut heben.

Schritt 2: Die Hähnchenbrüste zubereiten

Nun das Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen und die Hähnchenbrüste mit Salz und Pfeffer würzen. Das Geflügelfleisch von allen Seiten in der Pfanne anbraten, herausnehmen und abkühlen lassen. Den Backofen auf 220°C (Heißluft 200°C) vorheizen.

Schritt 3: Den Blätterteig füllen

Im Anschluss daran den Blätterteig auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu 2 Rechtecken von je 20 x 30 cm Größe ausrollen. Die Hälfte des Sauerkrautes auf die Mitte der Teigplatten geben und auf die Größe der Hähnchenbrüste verstreichen. Je eine Brust darauf setzen und das restliche Kraut darüber verteilen. Die Teigränder darüber schlagen und mit Eigelb verkleben.

Schritt 4: Die Blätterteigtaschen backen

Ein Backblech mit Pergamentpapier auslegen, die Blätterteigkissen mit den überlappenden Rändern nach unten darauf setzen, die Oberfläche ebenfalls bestreichen und nach Belieben mit Teigresten verzieren. Im Ofen 25 bis 30 Minuten backen.

Schritt 5: Der letzte Schliff

Die gebackenen Hähnchenbrüste in Tranchen schneiden und mit frischen Blattsalaten der Saison servieren.

Verwendete Produkte:

