

MIT OLIVEN GEFÜLLTE HÄHNCHENBRUST

auf einem Risotto mit Bacon und braunen Champignons



SPECIAL





Hähnchenbrustfilets



braune Champignons



Risottoreis



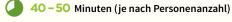
grüne Oliven (ohne Stein)



Bacon (Würfel)



Hartkäse ital. Art







Tag 1-3 kochen

Unser Special der Woche entführt Dich in die Welt der Oliven, denn grüne Oliven werden heute zu der würzigen Füllung der Hähnchenbrust. Mithilfe einer Tasse entsteinst Du sie übrigens ruckzuck. Und während die Hähnchenbrust im Backofen fertig gegart wird, bereitest Du ein cremiges Risotto zu, das mit braunen Champignons und knusprigem Bacon verfeinert wird. Lass Dir unser Special-Gericht schmecken!

GEHT'S

Wasche das Gemüse ab und tupfe das Fleisch mit Küchenpapier trocken.
Zum Kochen benötigst Du 1 große Pfanne, 1 hohes Rührgefäß, 1 Auflaufform, 1 Gemüsereibe, 1 Tasse und 1 Pürierstab.



OLIVENFÜLLUNG HERSTELLEN Heize den Backofen auf 220 °C Ober-/ Unterhitze (200 °C Umluft) vor. Erhitze reichlich Wasser im Wasserkocher.

4 EL [6 EL | 8 EL] **Wasser*** in ein hohes Rührgefäß geben und mithilfe eines Pürierstabs **Oliven** zu einer **Paste** mixen.



2 HÄHNCHEN FÜLLEN
Hähnchenbrust seitlich einschneiden,
wie ein Buch aufklappen, Innenseite pfeffern,
mit Olivenpaste füllen und zuklappen.



HÄHNCHEN BRATEN
Baconwürfel in eine kalte große Pfanne
geben und bei mittlerer Hitze ca. 3 Min. braten,
zur Seite schieben und Hähnchenbrust
3 Min. je Seite anbraten. Anschließend
Hähnchenbrust in eine Auflaufform legen
und auf der mittleren Schiene im Backofen
10 – 15 Min. fertig garen.



4 GEMÜSE VORBEREITENWährend das **Hähnchen** in der Pfanne ist,
450 ml [675 ml | 900 ml] heiße **Hühnerbrühe***
vorbereiten. **Zwiebel** abziehen, halbieren und
fein hacken.

Braune Champignons in Scheiben schneiden. **Hartkäse** fein reiben.



FÜR DAS RISOTTO
In der großen Pfanne
1 EL [1½ EL | 2 EL] Öl* bei mittlerer Hitze erwärmen, Champignonscheiben und gehackte Zwiebel zum Bacon geben und ca.
1 Min. anbraten. Risottoreis zufügen und ca.
1 Min. mit anschwitzen. Mit ein wenig Brühe ablöschen. Dann Hitze etwas reduzieren, Brühe nach und nach weiter zugeben und Risotto unter gelegentlichem Rühren ca.
20 Min. weitergaren, bis der Risottoreis weich ist.



ZUM SCHLUSSGeriebenen **Hartkäse** und **Baconwürfel**unter das fertige **Risotto** rühren und dieses
auf Teller verteilen. Gefüllte **Hähnchenbrust**in Scheiben schneiden, auf das **Risotto** legen
und genießen!

Guten Appetit!

ZUTATEN

	2P	3P	4P
grüne Oliven (ohne Stein)	60 g	90 g	120 g
Hähnchenbrustfilets	280 g	420 g	560 g
Bacon (Würfel)	50 g	75 g	100 g
Zwiebel EG	1	1	2
braune Champignons	100 g	150 g	200 g
Hartkäse ital. Art 2) 5)	20 g	40 g	40 g
Risottoreis	150 g	225 g	300 g
Wasser* für Schritt 1	4 EL	6 EL	8 EL
Hühnerbrühe* für Schritt 4	450 ml	675 ml	900 ml
Öl* für Schritt 5	1EL	1½ EL	2 EL
Salz*, Pfeffer*	nach Geschmack		

* Gut, im Haus zu haben.

 Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig.

DURCHSCHNITTLICHE NÄHRWERTE PRO (Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)	100 g	PORTION (ca. 400 g)
Brennwert	719 kJ/172 kcal	2.918 kJ/698 kcal
Fett	7 g	27 g
– davon ges. Fettsäuren	2 g	7 g
Kohlenhydrate	17 g	70 g
– davon Zucker	1 g	3 g
Eiweiß	11 g	44 g
Salz	1 g	4 g

Bitte beachte, dass die Nährwertangaben auf der Rezeptkarte aufgrund natürlicher Schwankungen und kurzfristiger Produktänderungen abweichen können. Maßgeblich sind allein die Nährwertinformationen auf den Produktverpackungen.

LIFRGENE

2) Eier 5) Milch

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

URSPRUNGSLÄNDER

EG: Ägypten

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-C129012)







Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 568 39 568 **AT** +43 (0) 720 816 005

kundenservice@hellofresh.de kundenservice@hellofresh.at

HelloFRESH

2019 | KW 24 | 9