

HÄHNCHEN-BAGEL MIT GEGRILLTER ZUCCHINI UND TOMATENCREME

HÄHNCHEN-BAGEL MIT GEGRILLTER ZUCCHINI UND TOMATENCREME

Habt ihr manchmal so richtig doll Lust auf ein bestimmtes Gericht und freut euch dann tagelang darauf es endlich zu kochen? So ging es mit diesmal mit diesem Bagel. Mit Rucola aus eigener Ernte, gebratenem Hähnchen und Zucchini und einer super aromatischen Tomatencreme. Ich muss zugeben, dass ein einzelner Bagel fast ein bisschen wenig war - wir hatten im Anschluss beide das Gefühl, dass noch ein halber Bagel mehr zum Abendessen eine schöne Sache gewesen wäre, falls ihr also größeren Hunger habt solltet ihr lieber drei Hähnchen-Bagel mit gegrillter Zucchini und Tomatencreme zaubern!



ZUTATEN FÜR 2 BAGEL:

2 Sesam-Bagel, fertig oder nach [diesem Rezept](#)

4 Softtomaten

4 Zweige Oregano

1 Schalotte

Pfeffer & Salz

2 EL Frischkäse

2 TL Olivenöl

120g Hähnchenbrustfilet

1/2 Zucchini

1 Hand voll Rucola

ZUBEREITUNG:

Die Bagel nach Packungsanleitung im Ofen aufbacken. Die Hähnchenbrustfilets und die Zucchini in möglichst dünne Scheiben schneiden. Das Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und das Fleisch darin von beiden Seiten scharf anbraten.

In dieser Zeit die Tomaten mit der Zwiebel und den Oreganoblättchen in einen kleinen Mixer geben und zu einer dicken Paste mixen. Die Tomatenpaste mit dem Frischkäse vermengen und mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Das Hähnchenfleisch in der Pfanne zur Seite schieben und die Zucchinischeiben dazu geben. Die Zucchini ebenfalls von beiden Seiten anbraten und beides kräftig mit Pfeffer und Salz würzen.

In dieser Zeit die Bagels halbieren und sowohl den Boden als auf den Deckel mit der Tomatencreme bestreichen. Den Rucola waschen und auf dem Bagel-Boden platzieren. Das Hähnchen auf beide Bagels verteilen.



Die gebratene Zucchini darauf legen - ich gebe den Bratensatz noch als „Knuspercrunch“ dazu...



... den Deckel aufsetzen und die Bagel sofort servieren.



Alternativ kann man den Bagel jetzt auch einpacken und als Essen für die Mittagspause mitnehmen.



Greift zu und lasst es euch schmecken!



© katha-kocht!