

ÜBERBACKENE HÄHNCHEN-BROKKOLI BROTE MIT BERGKÄSE

ÜBERBACKENE HÄHNCHEN-BROKKOLI BROTE MIT BERGKÄSE

Das dritte Rezept in meiner grünen Woche 2018 – nach der Rosenkohlpfanne und dem Joghurt Dip bringt heute der Brokkoli die grüne Farbe auf den Tisch. Auf das Brot um genau zu sein – es gibt überbackene Hähnchen-Brokkoli Brote mit Bergkäse! Und die sind nicht nur grün, sondern den Käse habe ich auch auf der Grünen Woche mitgenommen. Ich nehme ja immer gerne verschiedene Leckereien mit und so sind mal wieder drei Sorten Käse und zahlreiche Salamis mit nach Hause gewandert. Nicht zu vergessen der belgische Schinken den Bessere Hälfte so liebt, ein bulgarischer Rotwein (weil Bulgarien dieses Jahr das Partnerland war) und unsere alljährliche Wein- und Champagnerbestellung bei der lieben Judy Helm in Halle 13a. Wenn ihr den Bacchus Stand „Explore South Africa“ mit dem knall-gelben Tresen und den Palmen davor seht seid ihr genau richtig! Hier wird euch nicht irgendetwas aufgeschwatzt, sondern es werden wirklich Weine gesucht die zu euch und eurem Geschmack passen. Ein Besuch bei Judy ist für uns schon seit Jahren Pflichtprogramm. Die Highlights für den kleinen Mann waren aber definitiv ein dänischer Hotdog ohne alles – es geht halt nix über ein Würstchen und Weißbrot... und natürlich die Tiere. Pferde galoppieren beim Polo durch die Halle, soooo groß ist eine Kuh, kleine Schweinchen sind niedlich und Schafe können ganz unterschiedlich aussehen. Total süß wie neugierig und fasziniert er war.

Aber zurück zum Rezept – mit meinem Bergkäse bewaffnet und das Ziel ein grünes Rezept zu zaubern vor Augen sind also diese Brote entstanden.



ZUTATEN FÜR 2 PERSONEN / 4 BROTE:

4 kleinere Scheiben Roggen-Kartoffelbrot (oder ein anderes weiches, aromatisches Brot)

etwas Butter

150-200g Hähnchenbrustfilet

etwas Sonnenblumenöl

Pfeffer & Salz

1/2 Brokkoli

5-6cl Noilly Prat* (oder ein anderer Wermut, notfalls Weißwein)

20g Bergkäse

ZUBEREITUNG:

Die Hähnchenbrustfilets in mundgerechte Stücke schneiden. Das Öl in der Pfanne (unbedingt eine Pfanne mit Deckel nehmen) erhitzen und das Fleisch rundum scharf anbraten. Die Brokkoliröschen vom Strunk schneiden, waschen und mit in die Pfanne geben. Alles mit Pfeffer und Salz würzen und dann mit dem Noilly Prat ablöschen. Den Deckel auf die Pfanne setzen und alles 2-3 Minuten garen

lassen. Den Backofen auf 200°C Grillfunktion vorheizen.



Die Brotsscheiben sehr dünn mit Butter bestreichen. Die Scheiben auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Hähnchen und Brokkoli auf die Brotsscheiben verteilen...



... und mit der Käseibe oder dem Sparschäler den Käse reiben, beziehungsweise abziehen. Den Käse über die Brote geben.



Das Blech auf mittlerer Schiene in den vorgeheizten Backofen schieben und 3-4 Minuten dort lassen bis der Käse geschmolzen ist und die Brote warm sind.

Die fertigen Brote aus dem Ofen holen und sofort servieren.

Greift zu!



© katha-kocht!