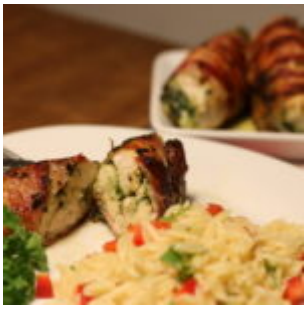
Hähnchenrouladen im Speckmantel mit Bärlauchpesto



Jetzt hätte ich vor lauter Überarbeiten meiner Homepage fast die Bärlauchzeit verpasst. Das wäre sehr schade, denn diese kurze Zeit, in der der Bärlauch wächst, sollte man unbedingt ausnutzen. Am besten schmecken die jungen Pflanzen. Seit ein paar Jahren pflücke immer an einer Stelle im Wald, wo der Bärlauch in Massen wächst und kein Mensch weit und breit ist. Das ist so toll. Ich gehe dann mit meinem Korb los und freue mich riesig, wenn ich inmitten des vielen Bärlauchs stehe und der Geruch mir in die Nase steigt. Ein Problem gibt es allerdings jedes Mal: ich kann nicht aufhören zu sammeln! Der Korb wird immer voller und voller und ich entdecke immer noch mehr schöne Pflänzchen, die unbedingt mit müssen. Irgendwann ist der Korb dann wirklich seeehr voll und mir bleibt nichts anders übrig, als mit meiner Beute den Rückzug anzutreten. Bärlauch ist nicht nur mega lecker, sondern auch sehr vielseitig. Das Meiste, des gesammelten Bärlauchs, verarbeite ich zu Pesto. Obwohl ich viele Gläschen davon verschenke, reicht uns der Rest dann übers Jahr. Mit Pesto kann man ganz viel anstellen. Hier zeige ich dir, die gefüllten Hähnchenrollen mit Bärlauch und Speck. Die kann man übrigens auch ganz wunderbar mit meiner Tomatenpesto oder einer traditionellen Pesto Genovese zubereiten.

Zutaten für 4 Rouladen

4 Hähnchenbrüste

12 Scheiben Speck

Pesto deiner Wahl, ich nehme Bärlauch

Salz, Pfeffer

1. Wasche die Hähnchenbrüste und schneide sie der Länge nach fast durch. Jetzt kannst du sie aufklappen und hast ein großes Teil. Klopfe sie vorsichtig mit einer Pfanne oder einem Fleischklopfer flach.
2. Bestreiche das Fleisch großzügig mit der Pesto, meist läuft beim Wickeln noch etwas an der Seite heraus.
3. Würze mit Salz und Pfeffer. Beachte dabei, dass der Speck schon ordentlich Salz an das Fleisch abgibt.
4. Schneide dir 4 Stücke Küchengarn zurecht und heize den Backofen auf 140 Grad auf.
5. Lege 3 Scheiben Speck leicht überlappend auf ein Brett und gib eine Hähnchenbrust darauf. Nun kannst du anfangen das Fleisch zusammen mit dem Speck aufzurollen. Schnüre mit dem Küchengarn alles schön fest zusammen.
6. Gib etwas Butterschmalz in eine Pfanne und brate die Rouladen von außen gut an.
7. Sobald sie kross sind, gib sie in eine Auflaufform und schiebe sie für 20 Minuten in den Backofen. Ich nehme dafür eine Auflaufform mit Deckel. Dadurch trocknet das Fleisch nicht so aus. Keine Angst, der Speck bleibt trotzdem knackig.

Ich habe dazu diese kleinen leckeren griechischen Nudeln, Kritharaki, gemacht. Hierfür die Nudeln nach Packungsanleitung kochen. Anschließend mit klein gewürfelter Paprika oder Tomatenstückchen vermengen und dazu reichen.