



Alle GEFRO-Produkte, die Sie zum Nachkochen benötigen, bestellen Sie bequem frei Haus.

GEFRO KG
87697 Memmingen / Allgäu

Telefon 08331 / 95 95 0
Telefax 08331 / 95 95 17

E-Mail: info@gefro.de

Einkaufszettel

Gegrilltes Hähnchen-Saltimbocca mit Rote Beete-Pfirsichsalat

- GEFRO Balance Salat-Dressing Gartenkräuter
- GEFRO Natives Olivenöl Extra
- 4 Hähnchenbrustfilets, à ca. 160 g
- 4 eingelegte, getrocknete Tomaten
- 100 g Gorgonzola
- 4 Scheiben Parmaschinken
- 8 Salbeiblätter
- 400 g Rote Beete, gekocht
- 2 reife Pfirsiche
- 30 g Pinienkerne
- 0,5 Bund Rucola
- Salz
- Pfeffer, frisch gemahlen

Weitere tolle Rezepte finden Sie unter www.gefro.de

Gegrilltes Hähnchen-Saltimbocca mit Rote Beete-Pfirsichsalat

Rezept für 4 Personen
Zubereitung ca. 40 Minuten

Nährwerte pro Portion:

33,2 g Fett 11,7 g Kohlenhydrate 49,2 g Eiweiß 4,4 g Ballaststoffe
544 kcal Brennwert

Gegrilltes Hähnchen-Saltimbocca mit Rote Beete-Pfirsichsalat: 4 Hähnchenbrustfilets etwas flachklopfen und eine Tasche hineinschneiden. 4 eingelegte, getrocknete Tomaten fein würfeln. 100 g Gorgonzola in 4 gleich dicke Scheiben schneiden.

Die aufgeschnittenen Hähnchenbrustfilets mit jeweils einer Scheibe Parmaschinken, einer Gorgonzolascheibe, zwei Salbeiblättern sowie den gewürfelten Tomaten füllen. Die Tasche mit einem Zahnstocher verschließen.

400 g gekochte Rote Beete in dünne Scheiben schneiden. 2 Pfirsiche halbieren und die Steine entfernen. Die Pfirsichhälften in dünne Spalten schneiden.

30 g Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun anrösten.

1/2 Bund Rucola putzen, waschen und auf einem Sieb abtropfen lassen.

24 g **GEFRO Balance Salat-Dressing Gartenkräuter** mit 4 EL **GEFRO Nativem Olivenöl Extra** und 120 ml Wasser verrühren. Die Pfirsichspalten und die Rote Beete-Scheiben in eine Schüssel geben und mit dem Dressing marinieren.

Die Hähnchen-Saltimboccas auf dem Grill von jeder Seite etwa 4 - 5 Minuten grillen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Rucolablätter auf Tellern verteilen und den Salat darauf anrichten. Mit den gerösteten Pinienkernen bestreuen und mit den gegrillten Saltimboccas servieren.