

Gefüllte Hähnchenbrüste

(ummantelt mit Schinken und Yufkateig)

Zutaten	Zubereitung
<p>Für 4 Portionen: 1,2kg Hähnchenbrüste (je 300g) Einige getrocknete Tomaten 1 Pck. Fettarmen Mozzarella-Ersatz (z.B. Skyrella, Proteinella) 1 Pck. Fettarmen Rohschinken 1 Pck. Filo- oder Yufkateig</p> <p>1 gequirktes Ei Salz und Pfeffer</p>	<p>Den Backofen auf 160 Grad Umluft vorheizen.</p> <p>Einige getrocknete Tomaten und den Mozzarella-Käse klein schneiden, beides zusammen in einer Schlüssel vermischen, Mit Pfeffer und Salz .</p> <p>Die Hähnchenbrüste in der Mitte aufschneiden und die Füllung wie gewünscht auftragen. Falls ein wenig von der Füllung übrig bleibt, kann man sie als Dip verwenden, z. B. für Brot.</p> <p>Die Hähnchenbrust mit dem Schinken umwickeln, danach den Yukateig in 4 längliche Stücke schneiden, anfeuchten und diesen ebenfalls in 2-3 Schichten um die Hähnchenbrust wickeln.</p> <p>Die Hähnchenbrüste auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen. Damit der Yufkateig eine schönere Farbe bekommt, kann man ihn von oben noch mit dem gequirkten Ei bestreichen.</p> <p>In den Backofen schieben und bei 160 Grad Umluft 45 Minuten backen. Zwischendurch immer mal wieder schauen, ob der Teig nicht zu dunkel wird, ansonsten die Temperatur ein wenig herunterstellen.</p>

