Pouletbrust mit Rohschinken-Frischkäse-Füllung

Meine Wahl.

Gesamtzeit: 35 min

Aktivzeit: 35 min

Einfach



Zutaten

für 4 Personen

- **4** Pouletbrüste vom Schweizer Poulet. Vom Fleischfachmann eine Tasche für die Füllung hineinschneiden lassen.
- **50 g** Rohschinken
- **5** Salbeiblätter
- **4 EL** Frischkäse
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- Paprikapulver edelsüss
- **1** Zitrone

Nährwerte

1 Portion (ohne Teigwarensalat und grilliertes Gemüse) enthält ca.:

- **220** kcal
- **34 g** Eiweiss
- **1 g** Kohlenhydrate
- **9 g** Fett

Glutenfrei

enthält Laktose

Zubereitung

1. Rohschinken fein würfeln, Salbei hacken und beides unter den Frischkäse rühren. Mit Salz und Pfeffer würzen und die Pouletbrüste damit füllen.

2. Pouletbrüste mit Zahnstochern gut verschliessen und auf dem Grill bei direkter Hitze von jeder Seite 7–8 Minuten grillieren. Nach Belieben mit Paprikapulver bestreut servieren. Zitrone geschnitten dazugeben.

   Dazu passen ein Teigwarensalat und grilliertes Gemüse.