# Poulet-Päckli mit Si

Das Auge isst mit und auch dem Gaumen kommt der Mehraufwand zugute: Hobelfleisch und getrocknete Tomaten geben den Pouletbrüstli Pfiff.



### Zutaten

Für 4 Personen: pro Person ca. 1657 kJ/396 kcal

4 Pouletbrüstli (je ca. 130 g)
1 Esslöffel Olivenöl
(z. B. Öl der getrockneten Tomaten)
60 g Hobelfleisch
8 getrocknete Tomaten\* in Öl, abgetropft
8 Zweiglein Rosmarin\*
Olivenöl zum Braten
1/4 TL Salz\*
Pfeffer aus der Mühle

1½ dl Hühnerbouillon\* 3 EL Saucenhalbrahm\* Salz\*, nach Bedarf wenig Paprika\*

1 Esslöffel Olivenöl (z. B. Öl der getrockneten Tomaten) 2 Knoblauchzehen, gepresst 4 getrocknete Tomaten\* in Öl, abgetropft, in feinen Streifen 500 g tiefgekühlter Blattspinat, aufgetaut, abgetropft 1/4 TL Salz\* Pfeffer aus der Mühle

## Vor- und Zubereitungszeit

ca. 40 Minuten

\*Diese Zutaten sind nicht als Naturaplan-Produkte erhältlich.

#### Zubereitung

Poulet-Päckli: Pouletbrüstli quer halbieren, mit Öl bestreichen. Je 3 Tranchen Hobelfleisch und eine getrocknete Tomate auf die Hälften legen. Mit Küchenschnur zu Päckli binden. Je 1 Zweiglein Rosmarin unter die Schnur legen. Öl in einer Bratpfanne heiss werden lassen, Hitze reduzieren. Poulet-Päckli mit der belegten Seite nach unten bei mittlerer Hitze ca. 2 Min. anbraten, würzen. Päckli wenden, ca. 5 Min. weiterbraten, herausnehmen, zugedeckt beiseite stellen. Restliches Bratfett auftupfen.

Sauce: Bouillon in dieselbe Pfanne giessen, aufkochen, etwas einköcheln. Rahm darunterrühren, würzen. Poulet-Päckli wieder beigeben, zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 7 Min. fertig garen.

Spinat: Öl in einer Pfanne warm werden lassen, Knoblauch und Tomatenstreifen andämpfen. Spinat beigeben, zugedeckt ca. 10 Min. köcheln, würzen.

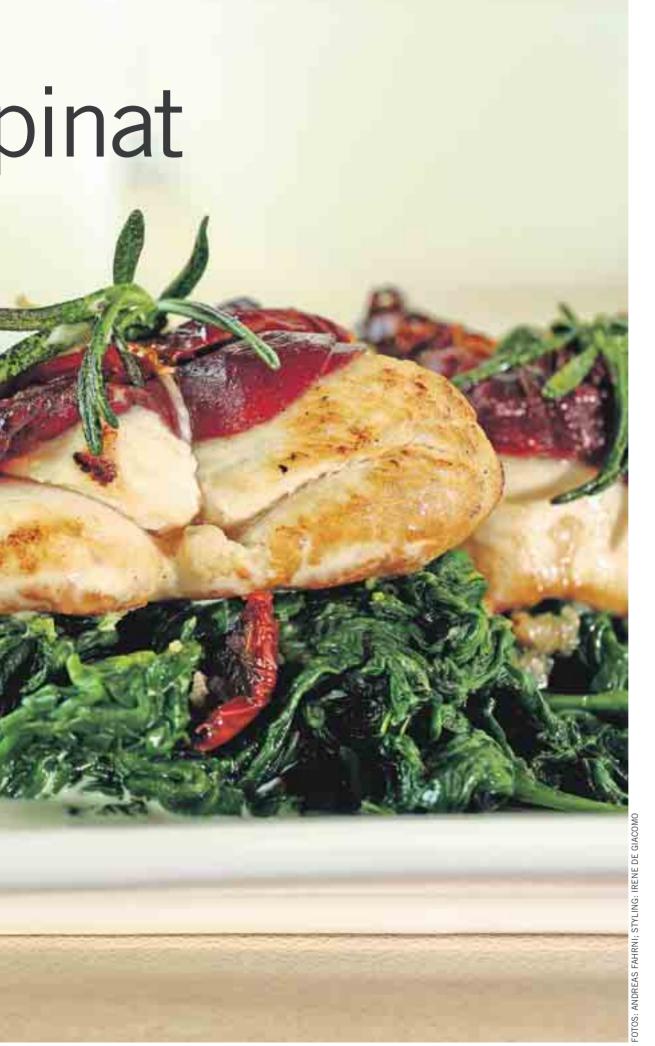
Servieren: Pouletpäckli mit der Sauce auf vorgewärmten Tellern anrichten, Spinat dazu servieren.

Dazu passen: Nudeln.

www.coopzeitung.ch/rezept









# Rund im Mund ...

Der **Zinfandel** California Fetzer Valley Oaks wird vinifiziert im Mendocino County im Norden Kaliforniens. Das Fetzer-Weingut wurde 1958 vom Forstwirt Barney Fetzer gegründet. Die Zinfandel-Traube gilt als die älteste Rebsorte Kaliforniens. Der daraus gewonnene Rotwein ist charaktervoll und unverwechselbar. Er ist geprägt von feinem Nelken- und Zimtaroma, rund und vollmundig mit weichen Tanninen. Er passt zu Grilladen, Pizza, Pasta und Fleischgerichten. Preis: Fr. 15.90/75 cl

Erhältlich in grösseren Coop Verkaufsstellen und online unter:

www.coop.ch/wineshop