

Pouletbrüstchen mit Limetten- Mascarpone

Für 4 Personen

4 Pouletbrüstchen à 150 g
1 EL Aceto balsamico rosso
2 EL Sojasauce
1 Ei, verquirlt
100 g Mascarpone
**1 Limette, abgeriebene Schale
und Saft**
50 g Parmesan, gerieben
Salz, Pfeffer aus der Mühle
je 1 Peperoni, rot und gelb
1 Aubergine, 300 g
2 Zucchini, à 150 g
Olivenöl
wenig Zucker
1 Zweig Rosmarin

1. Pouletbrüstchen mit Balsamico und Sojasauce im Kühlschrank 30 Minuten marinieren. Ei, Mascarpone, Limettenschale, -saft und Parmesan mischen, abschmecken.

2. Peperoni vierteln, entkernen. Mit der Hautseite nach oben auf Alufolie im 200 Grad heissen Backofen mit zugeschaltetem Grill 5 bis 10 Minuten rösten, bis die Haut schwarze Blasen wirft. Im Gefrierbeutel 10 Minuten ruhen lassen, dann Haut abziehen.

3. Aubergine und Zucchini längs in ½ cm dicke Scheiben schneiden, auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech verteilen. Beidseitig mit Öl bepinseln. Mit Salz, Pfeffer, wenig Zucker und abgezapften Rosmarinnadeln würzen. Im Ofen (ohne Grill) 15 Minuten garen. Mit den Peperoni in einer Gratinform verteilen.

4. Fleisch mit Haushaltspapier trockentupfen, mit Öl bepinseln, würzen. Im Ofen auf dem Backpapier 8 Minuten braten, dabei einmal wenden. Auf das Gemüse legen.

5. Mascarpone Mischung darüber verteilen. Temperatur auf 250 Grad erhöhen, Grill zuschalten. 4 bis 5 Minuten goldbraun überbacken.

Tipp: Bis und mit Schritt 3 kann das Gericht vorbereitet werden.

Mehr Rezepte:

saisonküche

www.saison.ch