



# Pouletwickel

**Anita Schneider aus Heimberg BE kocht die Pouletwickel oft. Wenn es nach ihrer Familie geht, aber zu wenig oft. Die Pouletbrüstchen schmecken allen und können gut vorbereitet werden. Ein ideales Essen also, wenn Gäste kommen.**



- 10 Minuten im auf 250 °C vorgeheizten Ofen braten.
- Rahm kräftig und je nach Lust und Laune würzen. Zum Beispiel mit Curry, Salz und Pfeffer oder mit Tomatenmark und Oregano. Gewürzten Rahm über die Pouletwickel giessen und nochmals ca. 10 Minuten im Ofen braten.



Vor einigen Jahren hat Anita Schneider (56) das Rezept für die Pouletwickel von einer Kollegin erhalten. Seitdem stehen sie regelmässig auf ihrem Speiseplan. Nicht nur, weil sie einfach und schnell zubereitet sind, sondern auch weil sie alle mögen. Anita Schneiders 92-jähriger Schwiegervater wünschte sich die saftigen Pouletbrüstchen bei jedem Familienessen. Und Enkelin Laura (6) strahlt, wenn «Grosi» die Pouletwickel auf den Tisch stellt.

Anita Schneider arbeitet Teilzeit am Empfang eines bekannten Milchproduktsherstellers und im hauseigenen Studio als Kosmetikerin. Sie lebt mit ihrem Partner Peter (58) und Hund Sonora zusammen in ihrem neu umgebauten Einfamilienhaus und liebt es zu kochen und neue Rezepte auszuprobieren.

## So wird es gemacht

- Zutaten für 4 Personen: 4 Pouletbrüstchen, 1 dl Bouillon, Salz, Pfeffer, Oregano, 8 Specktranchen, 4 dl Rahm
- Pouletbrüstchen der Länge nach aufschneiden, innen und aussen würzen, mit je zwei Specktranchen umwickeln, in Gratinform legen und die Bouillon dazugeben.

## Ein einzigartiges Geschenk für Sie

Das gibt es sonst nirgends! Unsere LE MENU-Tasche ist echte Schweizer Handarbeit, hergestellt aus Leder und mit einer Applikation aus echtem Kuhfell. Schicken Sie uns einfach eines Ihrer liebsten Familienrezepte. Wenn es publiziert wird, bedanken wir uns bei Ihnen mit diesem exklusiven Geschenk im Schweizer Look.

Redaktion LE MENU  
Weststrasse 10  
3000 Bern 6  
[redaktion@lemenu.ch](mailto:redaktion@lemenu.ch)



- Dazu passt Gemüse- oder Safranreis oder Nüdeli.
- Tipp: Pouletwickel mit Sbrinz überbacken.

## Web-Umfr@ge

### Machen Sie bei unserer Umfrage mit!

Stimmen Sie ab, welche Antwort für Sie zutreffend ist.

### Machen Sie Picknicks?

- a) Ja
- b) Nein

Abstimmen können Sie ausschliesslich auf [www.lemenu.ch](http://www.lemenu.ch)

### Die letzte Umfrage

So stimmten Sie ab:

**Mögen Sie lieber weisse oder grüne Spargeln?**

