

Involtini die Pollo

Diese Poulet-Fleischvögel ass ich bei Rosanna in Terrinca. Es gibt die Variante mit Käse- oder Frittatafüllung.

Zutaten

Für 4 Personen

- 4 Pouletbrüstli
- 150 g Schinken
- 8 Scheiben Pancetta (oder Speck)
- 200 g Rezenter Käse (Sorte nach Belieben, auch mischen)
- 8 Salbeiblätter



Zubereitung

Pouletbrüstli längs schneiden, sodass lange, flache Fleischstücke entstehen. Nach Belieben würzen: Salz, Pfeffer, Chili, Senf...

Zwei Salbeiblätter auf den Schinken legen und geriebenen Käse draufgeben. Längs rollen und mit Pancetta umwickeln. Die Rollen mit Faden oder Zahnstocher fixieren.

In heissem Olivenöl anbraten und mit Weissweiss ablöschen. In Bratenfond aus dem Glas bei niedriger Temperatur garkochen. Beispielsweise mit Gemüse und Risotto servieren.

Wer es gern sahnig mag: Etwas Crème fraîche beifügen.

Zum Servieren in Scheiben schneiden.

Alternative Füllung mit Frittata

Zutaten

- Für 4 Eier
- Personen
- 150 g Gemüse: Spinat, Petersilie oder Mangold (auch mischen)
- 80 g Geriebener Parmesan
- 1 Kleine Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- Frische Kräuter nach Belieben
- Salz, Pfeffer



Eier verquirlen. Zwiebeln und Knoblauch fein hacken und mit fein geschnittenem Gemüse in Olivenöl andünsten. Gemüse: Wer sich auskennt, kann Wildkräuter wie Brennnesseln, Giersch oder Kapuziner Kresse beimischen. Wenig getrocknete Tomaten oder roter Peperoni geben Farbe. Flüssigkeit abgiessen. Verquirle Eier würzen und in die Bratpfanne über die Gemüsemischung verteilen. Zugedeckt bei kleiner Hitze fest, aber nicht trocken werden lassen. Frittata mithilfe eines grossen Pfannendeckels wenden, kurz goldbraten. Auf eine Platte gleiten lassen. For die Involtini passend grosse Stücke schneiden und weiter verfahren wie oben beschrieben.