



## *Sigrids Kräuterzauber*

*Hähnchenbrust - gefüllt mit  
Brennnesseln  
Für 4 Personen*



<i>2 Stück</i>	<i>Hähnchenbrüste</i>
<i>100 g</i>	<i>durchwachsener Speck am Stück</i>
<i>1</i>	<i>Eigelb</i>
<i>2 Stück</i>	<i>Zwiebeln</i>
<i>1 dicke Handvoll</i>	<i>Brennnesseln</i>
<i>1 Zweig</i>	<i>Rosmarin</i>
<i>¼ L</i>	<i>Weißwein</i>
<i>1/8 L</i>	<i>Wasser</i>
<i>1 EL</i>	<i>Crème fraîche</i>
<i>3 EL</i>	<i>Sojasoße</i>
	<i>Pfeffer aus der Mühle</i>
	<i>Zitronensaft</i>
	<i>Salz nach Geschmack</i>
	<i>Öl zum Anbraten</i>

*Den Speck in kleine Stückchen schneiden.*

*Die Brennnesseln von den Stielchen zupfen, waschen und klein schneiden.*

*Die klein gehackten Zwiebeln mit den gehackten Brennnesseln, dem Rosmarin und dem Speck in der Pfanne anbraten und mit der Sojasoße ablöschen. Danach das Eigelb leicht unterrühren.*

*In die gewaschenen Hähnchenbrüste eine Tasche schneiden.*

*Die Hähnchenbrüste von innen und außen salzen und pfeffern.*

*Danach die Kräutermasse mit dem Speck in die Taschen der Hähnchenbrüste füllen und mit Zahnstochern gut verschließen.*

*Von allen Seiten gut anbraten - Dauer ca. 20 Minuten.*

*Aus dem Wein, dem Wasser und der Crème fraîche eine Soße herstellen und diese mit Pfeffer, einigen Tropfen Zitronensaft und wenig Salz würzen und eindicken lassen.*

*Tipp: Die Brennnesseln, damit sie nicht brennen, einmal mit dem Nudelholz oder eine Flasche „ausrollen“.*