



Hauptspeise für 4 Personen

Vor- und Zubereitungszeit: ca. 20 Min.

Grillieren: ca. 20 Min

Zutaten:

- 4 Pouletbrüstchen
- 1 Glas getrocknete, eingelegte Tomaten
- 1 Pack Mozzarella-Bällchen
- 1 Bund Basilikum
- Olivienöl
- italienische Kräuter
- Salz
- Pfeffer

Zubereitung:

1. Pouletbrust aufschneiden (Tasche einschneiden) und mit ca. 2 getrockneten Tomaten, 2 Mozzarella-Bällchen und 2-3 Blättern Basilikum füllen. Mit Zahnstocher schliessen.
2. Pouletbrust mit Olivienöl bepinseln und mit italienischen Kräutern, wenig Pfeffer und Salz würzen.
3. Auf Grillrost bei niedriger Hitze ca. 20 Minuten grillieren.



Plat principal pour 4 personnes

Mise en place et préparation: env. 20 min.

Cuisson: env. 20 min.

Ingrédients:

- 4 poitrines de poulet
- 1 verre de tomates séchées à l'huile
- 1 sachet de petites boules de mozzarella
- 1 bouquet de basilic
- huile d'olive
- herbes italiennes
- sel
- poivre

Préparation:

1. Inciser les poitrines de poulet du côté épais afin de créer une poche. Garnir celle-ci de 2 tomates séchées, 2 petites boules de mozzarella et 2-3 feuilles de basilic. Fermer à l'aide de cure-dents.
2. Badigeonner la poitrine de poulet avec de l'huile d'olive. Assaisonner avec les herbes italiennes, un peu de poivre et du sel.
3. Griller sur la grille à basse température pendant env. 20 minutes.