

**Kochtipps**  
vom  
**Metzger-**  
**meister**

**METZGER**  
**HILS** 1864  
EIN STÜCK HEIMAT



**HÄHNCHEN-**  
**BRUSTFILET**  
**FRUCHTIG**  
**ÜBERBACKEN**

## KÜCHENREZEPTE FÜR LECKERE SPEZIALITÄTEN

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten plus Braten-Garzeit ca. 40 Minuten

Zutaten für ca. 4 Personen:

500g Hähnchenbrustfilet, 480g Pfirsiche, 50g Schmelzkäse, 100g Sahne, 1 Becher Schmand, n.B. Salz und Pfeffer, n.B. Kräuter der Provence, 500g Brokkoli, n.B. Paprikapulver-edelsüß, 200g Gouda gerieben.

### ZUBEREITUNG

1.)

Brokkoli waschen und in kleine Röschen schneiden. Anschließen kurz blanchieren.

2.)

Die Hähnchenbrustfilets mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen und in der Pfanne anbraten. Dann aus der Pfanne nehmen und in eine Auflaufform legen. Pfirsiche abtropfen lassen und in Streifen schneiden. Auf die Filets kommen nun die Brokkoliröschen und die Pfirsichstreifen, gleichmäßig verteilt.

3.)

Nun im Bratensud der Filets den Schmand zusammen mit Schmelzkäse und Sahne aufkochen und mit den Kräutern abschmecken. Anschließend über die Filets und den Brokkoli gießen und mit geriebenen Gouda bestreuen.

4.)

Nun das Ganze bei 160°C im Backofen 30-40 Minuten überbacken.

Interessiert? Fleischbestellungen unter

**07422 / 20527 Lauterbach**  
**07422 / 6468 Schramberg-Sulgen**  
**07729 / 1812 Tennenbronn**  
oder per Mail an  
**info@metzgerhils.de**

  / Metzger Hils

[www.metzgerhils.de](http://www.metzgerhils.de)