

Gefüllte Kartoffeltaschen mit lauwarmem Rucola

Rezept für 4 Personen

Zutaten:

700 g Kartoffeln
100 g Mehl
40 g Grieß
2 Stck. Hähnchenbrust
3-4 Tomaten
1 Zucchini
500 g Rucola
80 g Sauerrahm
1 EL Senf
Balsamico dunkel
Pflanzenöl
Salz, Pfeffer, Zucker



ÖFFNUNGSZEITEN:

Mo & Di: 9 - 13 Uhr
Mi & Do: 9 - 13 Uhr
 15 - 18 Uhr
Fr: 9 - 18 Uhr
Sa: 9 - 13 Uhr

ANSCHRIFT:

STEIN'S Kräuter & Garten
Mainzer Straße 180
55124 Mainz-Gonsenheim
Telefon: 06131 - 44198
Fax: 06134 - 44155
kontakt@kraeuterundgarten.de
www.kraeuterundgarten.de

Von den Tomaten den Strunk entfernen und am anderen Ende kreuzförmig einschneiden. Ca. 10 Sekunden in kochendes Wasser legen und anschließend in kaltem Wasser - am Besten mit Eis - abschrecken. Haut abziehen, vierteln, Kerne und Saft entfernen und das Tomaten-Filet in Würfel schneiden.

Die Hähnchenbrüste und die Zucchini in gleich große Würfel schneiden, etwas salzen und in einer heißen Pfanne mit wenig Öl anbraten. Auskühlen lassen und mit den Tomatenwürfel und dem Sauerrahm zusammen mit Salz und Pfeffer abschmecken. Ein Spritzer Zitrone gibt dem Gericht noch mehr Frische.

Die Kartoffel waschen, mit einem kleinen Messer mehrmals einstechen und bei 180°C im Ofen mindestens 60 Minuten backen, bis sie vollkommen gar sind. Die weichen Kartoffeln halbieren, mit einem Löffel auskratzen und durch eine Kartoffelpresse drücken. Es werden 500g von den durchgedrückten Kartoffeln benötigt. Die Masse mit Mehl und Grieß zu einem Teig kneten. Dieser darf nicht gesalzen werden, da er sonst Wasser zieht und klebrig wird!

Den Teig mit etwas Mehl als Hilfe ausrollen, rund ausstechen, mit der Sauerrahm-Hähnchen Masse füllen, umklappen und den Rand mit einer Gabel andrücken. Die fertigen Taschen in einer Pfanne mit etwas Pflanzenöl anbraten bis sie goldgelb sind und dabei leicht salzen.

Das restliche Öl, Senf und eine Prise Zucker mit etwas Balsamico verrühren und den gewaschenen Rucola damit beträufeln.

Zum Anrichten den Rucola in die Mitte der vorgewärmten Teller geben, die gefüllten Taschen darauf setzen und mit dem restlichen Sud aus der Pfanne beträufeln.

Tipp: wenn man die fertigen Taschen von beiden Seiten mit flüssiger Butter bestreicht, lassen sie sich problemlos einfrieren. Die Butter verhindert das Austrocknen und das Einreißen des Teiges.