

Gefüllte Hähnchenbrust im Speckmantel mit Zucchini und Kräuter-Joghurt

- gerechnet auf 2 Personen -

Zutaten:

- 1 große Hähnchenbrust
 - 6-7 Scheiben Frühstücksspeck
 - 4-5 getrocknete Tomaten (sehr fein hacken)
 - 4 junge Thymianzweige
 - 2 Majoranzweige
 - 5 Basilikumblätter
 - Olivenöl (Naturata)
 - Zitronensaft
- Für die Zucchini:
- 2-3 Zucchini (mit der Gemüsebürste säubern; danach der Länge nach in 0,5 cm dicke Streifen schneiden)
 - Salz nach Belieben
- Für den Kräuter-Joghurt:
- 200 g Joghurt (10%)
 - 2 Knoblauchzehen (schälen und klein schneiden oder durch eine Knoblauchpresse drücken)
 - ½ Salatgurke (schälen und mit einer Reibe fein reiben)
 - frisch gepressten Limetten- oder Zitronensaft zum Abschmecken
 - 1 TL fein geschnittene Minzeblätter
 - Salz zum Abschmecken

Zubereitung:

Für die Füllung der Hähnchenbrust die frischen Kräuter klein schneiden und mit den klein gehackten, getrockneten Tomaten vermengen. Die Hähnchenbrust mit einem scharfen Messer aufschneiden, so dass eine Tasche entsteht; diese vorsichtig aufklappen, die Füllung gleichmäßig verteilen und wieder zuklappen. Die Scheiben des Frühstücksspecks dicht nebeneinander auf eine Arbeitsplatte legen, die gefüllte Hähnchenbrust darauf setzen und in den Speck einrollen. Den Grill auf mittlere Temperatur erhitzen und den Rost mit etwas Öl einfetten. Die bardierte Hähnchenbrust auf den Grillrost legen und unter mehrmaligem Wenden so lange grillen, bis der Speck von allen Seiten kross ist. Danach auf den Warmhalterost legen und kurz ruhen lassen. Die Zucchini-Scheiben auf den heißen Rost legen und unter ständigem Drehen und Wenden ca. 6 Minuten grillen; danach bei Bedarf leicht salzen. Für den Kräuter-Joghurt den Joghurt mit der fein geriebenen Salatgurke und dem klein geschnittenen Knoblauch vermengen und mit Limettensaft, Salz und frischer Minze abschmecken. Die Hähnchenbrust aufschneiden und zusammen mit den gegrillten Zucchini-Scheiben und dem Kräuter-Joghurt anrichten.