

Pollo fino mit Ricotta Füllung

Bei Pollo fino handelt es sich um entbeinte Hähnchenoberschenkel mit Haut.

Diese Pollo fino kann man bei fast allen Metzgereien oder gut sortierten Supermärkten fix und fertig entbeint kaufen. Oder man bestellt die benötigte Menge einen Tag zuvor.

Pollo fino kann man aber auch selbst entbeinen, indem man Hähnchenschenkel zunächst auf der Innenseite dem Knochen entlang die Haut und das Geflügelfleisch so einschneidet, dass man anschließend den Knochen im Gelenk durchschneiden oder durchbrechen und danach mit viel Gefühl mit den Fingern auslösen kann. Übrig bleibt dann ein kleines flaches Stück Hähnchenfleisch mit Haut (siehe 2. Bild) welches nun mit einer beliebigen Füllung bestrichen oder auch ohne nur mit Kräutern gefüllt aufgerollt werden kann und sowohl in der Bratpfanne, auf dem Grill oder wie hier bei diesem Rezept im Backofen langsam fertig gebraten wird.



Zutaten: für 4 Personen

8 Hähnchenoberschenkel mit Haut entbeint (Pollo fino)
Salz und Pfeffer

Für die Füllung:

200 g italienischer Ricotta (Molkereiweißkäse)
1 gepresste Knoblauchzehe
4 EL fein geschnittene Petersilie
2 TL fein geschnittene frische Rosmarinnadeln
40 g fein geriebener Parmesankäse
Salz und Pfeffer nach Geschmack
8 getrocknete Tomaten in Öl eingelegt (50 g)

Außerdem:

1 große oder zwei mittelgroße Auflaufformen
2 EL Olivenöl

Zubereitung:

Für die Zubereitung der **Pollo fino mit Ricotta- Füllung** sollte zuerst die Füllmasse hergestellt werden. Dazu Ricotta mit einer gequetschten Knoblauchzehe, etwas Salz und Pfeffer und fein geriebenen Parmesankäse vermengen.

Frische fein geschnittene Kräuter zuletzt untermischen.

Getrocknete Tomaten in Öl eingelegt aus dem Glas entnehmen und auf einer doppelten Lage Küchenpapier zum Abtropfen des Öles legen. Danach in Streifen schneiden.

Die Pollo fino einzeln auf ein Kunststoffbrett oder Teller legen, auf beiden Seiten mit Salz und Pfeffer einreiben. Jeweils 1 knappen EL von der Füllung auf das Hähnchenfleisch aufstreichen, darüber verteilt die Tomatenstreifen auflegen und die Pollo fino zu einer Rolle aufrollen, dabei die abstehende Haut auch gut zum Einwickeln verwenden. Wer möchte, kann die Hähnchenrollen auch mit Holzzahnstochern auf der Unterseite zusammenstecken.



Wenn die Geflügelteile so vorbereitet sind, den Backofen auf 180 ° C vorheizen.

Eine oder zwei Auflaufformen mit dem ersten EL Olivenöl dünn ausstreichen.

Den zweiten EL Olivenöl in eine Pfanne geben und erhitzen.

Nacheinander die Pollo fino mit dem Rollende nach unten im heißen Fett ca. 4 – 5 Minuten anbraten, dabei nicht wenden, nur die Unterseite anbraten und danach nebeneinander in die vorbereitete Auflaufform einschichten.

Anschließend die so gefüllte Auflaufform in die Mitte der auf 180 ° C vorgeheizten Backröhre einschieben und mit Ober/Unterhitze ca. 40 Minuten langsam braten. Danach auf Oberhitze oder noch besser kurz den Grill einzuschalten und unter Beobachtung die Pollo fino in wenigen Minuten knusprig überbacken.

Kalorienangaben

Bei 8 Stück Pollo fino mit Ricotta Füllung enthalten 1 Stück ca. 240 kcal und ca. 19 g Fett