



Pouletpäckli

Vor- und zubereiten: ca. 30 Min.
Backen: ca. 25 Min.

4 Esslöffel entsteinte schwarze Oliven,
fein gehackt

2 Bund Petersilie, gehackt

je 1 Esslöffel Rosmarin und Thymian, gehackt

1 Knoblauchzehe, gepresst

2 Esslöffel milder Senf

2 Esslöffel Rapsöl

1 Teelöffel Salz

wenig Pfeffer

4 kleine Pouletbrüstli
(je ca. 120 g), längs auf-, aber
nicht ganz durchgeschnitten

1 ausgewallter Blätterteig
(ca. 25 x 42 cm)

1 Ei, verknüpft, zum Bestreichen

1. Oliven und alle Zutaten bis und mit Pfeffer gut mischen. Pouletbrüstli mit der Hälfte der Masse füllen, zusammenklappen, mit der restlichen Masse bestreichen.

2. Vom Teig einen Streifen von ca. 4 x 25 cm abschneiden, kühl stellen, restlichen Teig längs und quer halbieren.

Formen: Je ein Pouletbrüstli auf die Mitte eines Teigstücks legen. Teigecken übers Kreuz einschlagen, gut andrücken. Päckli mit dem Verschluss nach unten auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, mit Ei bestreichen und mit einer Gabel einstechen. Aus dem Teigstreifen Dekorationen ausstechen, auf die Päckli legen, mit Ei bestreichen.

Backen: ca. 25 Min. in der unteren Hälfte des auf 220 Grad vorgeheizten Ofens.

Dazu passt: Gemüse oder Salat.

Pro Person: 32 g Fett, 34 g Eiweiss,
32 g Kohlenhydrate, 2305 kJ (551 kcal)



Die passende Vorspeise

finden Sie auf den Seiten 5–7,
z. B. Jakobsmuscheln auf Orangen-Chicorée.

Wein-Tipp



Châteauneuf-du-Pape AOC

Château Saint-André

Herkunft:
Frankreich

Region:
Côtes du Rhône

Rebsorten:
Grenache, Mourvèdre, Cinsault, Syrah

Charakter:
Kräftiges Kirschrot mit Violet, konzentrierte Aromen von Beeren, Brot- und hefigen Noten, vollmundiger, fast süsslicher Anstrich, mit gehaltvoller Beerigkeit, angenehm strukturbetont, jedoch mit fülligem Körper, ein schön abgerundeter Essensbegleiter.

Passt zum Pouletpäckli
sowie zu Charcuterie, rotem Fleisch und Braten.

Der empfohlene Wein ist in grösseren Coop Verkaufsstellen und unter www.coopathome.ch erhältlich.