







Gefüllte Hähnchenkeule mit Spinat, Fetakäse und Walnüssen

Bandnudeln mit Kirschtomaten und Austernpilzen,
Käsecreme mit Kräutern



Zutaten für vier Personen

- 4 Hähnchenunterkeulen
ohne Knochen (Pollo Fino)
-  600 g frischer Blattspinat
-  2 Schalotten
- 200 g Fetakäse
-  2 EL Walnuskerne
- 240 g Bandnudeln
- 400 g Austernpilze
-  300 g Kirschtomaten

- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- Muskatnuss
- natives Olivenöl extra

- Milch
- Minze, Dill,
Blattpetersilie



Das Plus für Ihre Gesundheit

Bei Zutaten mit diesem Symbol finden Sie weitere Informationen in unserem [Kulinarischen Gesundheitslexikon](#). Klicken Sie einfach auf den Link neben dem Symbol.



Zubereitung

Zunächst die Schalotten in kleine Würfel schneiden, den Blattspinat waschen und zusammen mit den Schalotten in etwas Olivenöl andünsten. Würzen mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss. Anschließend abkühlen lassen.

Die Hälfte vom Feta mit den Händen fein zerbröseln und die Walnuskerne grob hacken. Die halbe Menge des Spinats mit dem Feta und den Walnusskernen vermischen, die Hähnchenkeulen damit füllen und zu einer Roulade formen, mit einem Holzspieß fixieren.

Die Hähnchenkeulen mit Olivenöl bepinseln, würzen mit Salz und Pfeffer und bei 180° ca. 20 Minuten im Backofen goldbraun backen.

In der Zwischenzeit die Nudeln in Salzwasser bissfest garen, abgießen und vom Kochwasser ca. 200 ml aufheben. Die Nudeln nicht abschrecken, sondern im Topf belassen und mit etwas Olivenöl beträufeln.

In einer größeren Pfanne die Austernpilze mit etwas Olivenöl anbraten, anschließend die Kirschtomaten, den restlichen Blattspinat und die Nudeln hinzugeben. Falls nötig, geben Sie noch etwas Nudelwasser zu dem Gericht.

Für den Dip den restlichen Feta mit etwas Milch glattrühren, Minze, Blatt Petersilie und Dill kleinschneiden, unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



Viele weitere Rezepte für die mediterrane Küche finden Sie in den Kochbüchern von Gerald Wüchner:

- „Mediterrane Küche – Genuss & Chance für Ihr Herz“, die neueste Auflage mit neuen Rezepten
- „Salat & Co.“ mit insgesamt 52 Salatrezepten, eines für jede Woche im Jahr

Die Kochbücher sind erhältlich über die Internetseite der [Deutschen Herzstiftung](http://www.deutscheherzstiftung.de) oder in allen Cafeterien der ANregiomed-Kliniken und der Praxisklinik Feuchtwangen.