

# NFZ-REZEPT

Vor- und  
Zubereitung:  
ca. 45 Minuten  
für 2 Personen

## Zutaten:

- 2 Stk. Pouletbrüste
- 1 EL Olivenöl
- 150 g Gorgonzola
- 300 g gehackter Spinat
- 2 Stk. Knoblauchzehe gehackt
- 1 Prise ital. Gewürze
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Pfeffer



En Guete wünscht die Neue Fricktaler Zeitung.

## Senden Sie uns Ihr Lieblings-Rezept

Sie kochen gerne mit frischen Zutaten und möchten Ihr Lieblingsrezept mit anderen Menschen teilen? Dann sind Sie bei uns richtig. Schicken Sie uns Ihr Rezept mit einem Bild an [redaktion@nfz.ch](mailto:redaktion@nfz.ch)

**NEUE FRICKTALER ZEITUNG**

**FRICKTALER  
MEDIEN AG**

## Pouletbrust gefüllt mit Spinat und Gorgonzola

Für Pouletbrust gefüllt mit Spinat und Gorgonzola den Backofen auf 190°C vorheizen. Spinat gründlich waschen und klein schneiden. Knoblauch schälen und fein hacken.

Gorgonzola zerbröseln und mit Spinat, Knoblauch, Salz und Pfeffer vermischen. In die dickste Stelle der Pouletbrust eine Tasche einschneiden und mit der Spinat-Käse-Mischung füllen.

Olivienöl in einer grossen Pfanne erhitzen. Die Poulettaschen mit Olivenöl einpinseln und mit den italienischen Gewürzen bestreuen. Im heissen Öl rundherum goldgelb anbraten.

Die Pouletstücke in eine Auflaufform legen und im Backofen ca. 12 Minuten garen lassen. Fertig sind sie, wenn die Kerntemperatur ca. 70°C beträgt. Aus dem Ofen nehmen und zugedeckt noch ca. 15 Minuten ruhen lassen und dann servieren.

Die Pouletbrust schmeckt wunderbar mit Kartoffelstock oder Reis.



## Cordon bleu – Wochen

15. – 26. März 2022



Herkules Cordon bleu  
(speziell gross)

Fricktaler Cordon bleu  
(mit Fricktaler Gourmetkäse)

Frühling «Mimosa» Cordon bleu

American Cordon bleu

Bündner Cordon bleu

Skihütten Cordon bleu

Cordon bleu Hawaii

Gourmet Cordon bleu

Holzacker Cordon bleu

und viele mehr

### Öffnungszeiten:

Di. – Fr. 07.30 – 12.30 Uhr | 14.00 – 18.30 Uhr  
Samstag 07.30 – 14.00 Uhr

Urlich Fleisch & Feines GmbH

Hauptstrasse 61 | 4313 Möhlin  
[www.urich-ff.ch](http://www.urich-ff.ch) | [info@urich-ff.ch](mailto:info@urich-ff.ch)  
Tel. 061 851 57 57