



## Pouletrouladen an Gorgonzola-Mascarpone-Sauce

4 grosse Poulet-«Brüschli»	Vom Metzger aufschneiden lassen – oder selber. So dünn wie möglich klopfen.
2 Kl Senf	Die Schnitzel damit bestreichen.
Salz + gemahlener Pfeffer	würzen
4 Schinken-Scheiben	darauflegen
<b>Masse</b>	
2 El Butter	in die Bratpfanne geben
2 Zwiebeln	
Petersilie	
Schnittlauch	
8 Salbeiblätter	alles fein hacken + in der Bratpfanne anziehen
5 El Parmesan, gerieben	dazugeben + Pfanne vom Feuer nehmen
3 El Paniermehl	
1/2 Kl Salz	
gemahlener Pfeffer	Die Masse auskühlen lassen und auf den
8 Zahnstocher	Schinken auftragen. Die Schnitzel rollen und mit Zahnstochern fixieren.
1 El Olivenöl	In derselben Bratpfanne erhitzen und die Poulet-Rollen rundum gut anbraten.
4 dl Hühnerbouillon	ablöschen. Rollen 20 Minuten darin ziehen lassen.
1 dl Halbrahm	
150 g Gorgonzola-Mascarpone	
4 El geriebener Parmesan	dazugeben. Die Rollen weitere 10 Minuten in der Sauce ziehen lassen.

Dazu eine **Gemüsepfanne** und nach Brot und Sandelholz duftender **Riso Nero** von Coop.

## Ä Guete!

### Ria Allemann

Lärchenstrasse 20  
8953 Dietikon  
079 282 55 51  
praxis@ria-allemann.ch

### Praxis für Massage & Sprache

www.ria-allemann.ch  
www.facebook.com/massage.ch  
Postcheck-Konto: 60-258659-3  
IBAN: CH84 0900 0000 6025 8659 3