



# Schnelles Chicken Parmesan im OptiGrill mit Snacking & Baking (Backschale)

## \*\*\*\*\* Zutaten \*\*\*\*\*

- 2 Hühnerbrüste, flach halbiert
- 2 EL Olivenöl
- 1 TL Italienische Kräuter
- 1 TL Knoblauch Pulver
- 1 TL Salz
- ½ TL Pfeffer
- 250 ml Tomatensauce
- 1 TL Chiliflocken
- 200 g geriebener Parmesan
- 200 g geriebener Mozzarella
- 1 TL gehacktes Basilikum



## \*\*\*\*\* Zubereitung \*\*\*\*\*

1. In einer flachen Schüssel die halbierten Hühnerbrüste mit dem Olivenöl, Knoblauchpulver, Salz, Pfeffer, den italienischen Gewürzen und den Chiliflakes marinieren
2. OptiGrill auf manuell höchst Stufe (rot) vorheizen
3. Hühnerbrüste mit Marinade in die Backschale geben und kurz von beiden Seiten 2 – 3 Minuten anbraten, bis sie Farbe angenommen haben.
4. Tomatensauce über die angebratenen Hühnerbrüste verteilen
5. Alle 4 Hühnerbrustteile mit Mozzarella und Parmesan bestreuen
6. In der geschlossenen Backschale überbacken, bis der Käse zerlaufen ist und Farbe angenommen hat.
7. Dazu passen Reis oder Spaghetti

## \*\*\*\*\* KochMalSchnell \*\*\*\*\*

Youtube : <https://bit.ly/2NRXkml>  
Internet: <https://kochmalschnell.com/>  
Facebook: <https://www.facebook.com/kochmalschnell.kochmalschnell>  
Pinterest: <https://www.pinterest.de/kochmalschnell/>  
Instagram: <https://www.instagram.com/kochmalschnell/>