



## Limetten-Pouletbrüstchen

### Zutaten

4 Pouletbrüstchen, je ca. 120 g  
Salz  
Pfeffer  
Zahnstocher

### Füllung

½ Limette, abgeriebene Schale  
und Saft  
75 g Ricotta  
1 TL Zitronenpfeffer  
2 EL geriebener Parmesan  
Salz  
Paprikapulver

Zubereitung: 20 Minuten  
Garen: 20 Minuten bei 90 °C

### Zubereitung

Alle Zutaten für die Füllung verrühren, mit Salz und Paprika abschmecken.

In jedes Pouletbrüstchen mit einem spitzen, scharfen Messer eine Tasche schneiden (oder den Metzger darum bitten), würzen und mit der Ricottamasse füllen. Die Öffnung mit einem Zahnstocher verschliessen. In den gelochten Garbehälter legen.

Den gelochten Garbehälter in die Mitte des kalten Garraums schieben. Dämpfen 90 °C, 20 Minuten.

Tipp: Nach Belieben mit Limettenscheiben und Kaffirlimettenblättern garnieren.