



Zarte Hähnchenbrust auf Orecchiette

mit gegrilltem Gemüse



30-40min



3-4 Personen

Hach, so muss ein leckeres Pastagericht schmecken! Zur leichten Sauce mit aromatischem Grillgemüse gibt es beste italienische Orecchiette und zartes Hähnchenfleisch. Mit geriebenem Käse und frischem Basilikum garniert ein Abendessen, das dich und deine Lieben begeistern wird!

Was du von uns bekommst

- 500g Orecchiette¹
- 2 rote Zwiebeln
- 3 Knoblauchzehen
- 4 Tomaten
- 2 Auberginen
- 2 Zucchini
- 2 Packungen Hähnchenbrustfilet
- 2 Stücke italienischer Hartkäse⁷
- 10g Basilikum

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen mit Grillfunktion
- Backblech und Backpapier
- Auflaufform
- großer Topf
- große Pfanne
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Küchenreibe
- Sieb

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Gluten (1), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 903kcal, Fett 28.8g, Kohlenhydrate 110.6g, Eiweiß 49.8g



1. Zwiebeln schneiden

Den Backofen mit Grillfunktion oder Ober-/Unterhitze auf 250°C vorheizen. In einem großen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Den **Knoblauch** schälen und in hauchdünne Scheibchen schneiden.



4. Pasta kochen

Die **Pasta** in das kochende Wasser geben und in 9-11Min. bissfest kochen. Dabei vor allem am Anfang regelmäßig umrühren, damit die **Pasta** nicht zusammenklebt. Mit einer Tasse etwas **Pastawasser** abschöpfen, dann die **Pasta** in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.



2. Tomaten vorbereiten

Die **Tomaten** vierteln und vom Strunk befreien. Das **Kerngehäuse** herausschneiden und mit je 2EL Olivenöl und Essig in einem hohen Gefäß mit einem Stabmixer fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die **Tomatenviertel** in dünne Streifen schneiden.

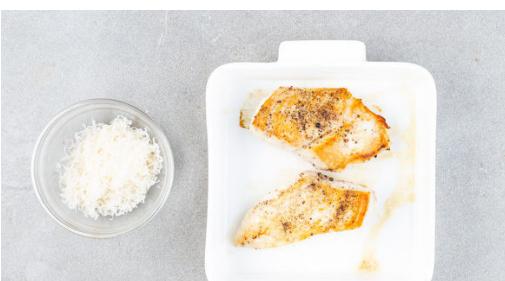


3. Gemüse grillen

Die **Auberginen** und die **Zucchini** in ca. 0,5cm dünne Scheiben schneiden. Ggf. sehr große Scheiben halbieren. Das **Gemüse** auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit 2EL Olivenöl sowie je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer vermengen, gleichmäßig verteilen und 10-15Min. auf der 2. Schiene von oben im Ofen grillen bzw. backen. Das **Gemüse** nach der Hälfte der Zeit wenden.



6. Pasta fertigstellen



5. Fleisch garen

Das **Fleisch** trocken tupfen, von beiden Seiten mit je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer würzen und in einer großen Pfanne mit 2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 1-2Min. anbraten. Anschließend in eine Auflaufform geben und 8-10Min. im Ofen backen, bis das **Fleisch** gar ist. Die Pfanne aufbewahren. Den **Käse** fein reiben.