



Zarte Hähnchenbrust auf Orecchiette

mit gegrilltem Gemüse



30-40min



2 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

- 250g Orecchiette ¹
- 1 rote Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Tomaten
- 1 Aubergine
- 1 Zucchini
- 1 Packung Hähnchenbrustfilet
- 1 Stück italienischer Hartkäse ⁷
- 10g Basilikum

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

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

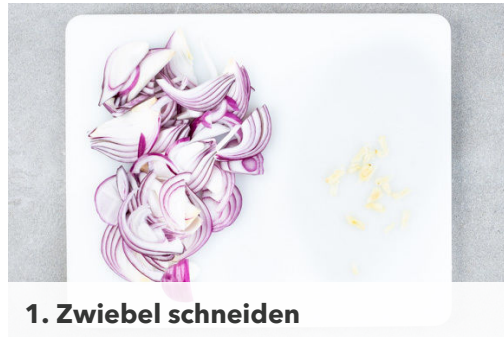
Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

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

Nährwertangaben pro Portion

Energie 906kcal, Fett 28.8g, Kohlenhydrate 111.0g, Eiweiß 50.0g



1. Zwiebel schneiden

Den Backofen mit Grillfunktion oder Ober-/Unterhitze auf 250°C vorheizen. In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Die **Zwiebel** 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** ausschneiden und mit je 1EL Olivenöl und Essig in einem hohen Gefäß mit einem Stabmixer fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die **Tomatenviertel** in dünne Streifen schneiden.



5. Fleisch garen

Das **Fleisch** trocken tupfen, von beiden Seiten mit je 1 Prise Salz und Pfeffer würzen und in einer großen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer bis starker 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.



3. Gemüse grillen

Die **Aubergine** und die **Zucchini** in ca. 0,5cm dünne Scheiben schneiden. Ggf. sehr große Scheiben halbieren. Das **Gemüse** auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit 1EL Olivenöl sowie je 1 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

Die **Zwiebeln** und den **Knoblauch** in der Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 1-2Min. anbraten. Das **Tomatenpüree**, die **Pasta**, das **Grillgemüse** und die **Tomaten** unterrühren, dabei ggf. etwas **Pastawasser** hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das **Fleisch** in Tranchen schneiden, auf der **Pasta** anrichten und mit dem **Basilikum** und dem **Käse** servieren.