



## Paprika-Hähnchen-Pasta mit Cheddar

und Panko-Knoblauch-Topping



ca. 30min



3-4 Personen

Knusprige Brösel auf cremiger Pasta? Eine himmlische Kombination – vor allem, wenn die Krumen mit Knoblauch ausgebraten werden! Unter dem Topping verbirgt sich eine köstliche Landschaft aus zartem Hähnchenschenkelfilet, roter und gelber Paprika und hübsch geformter Lumaconi-Pasta. Was diese kleine Welt wohl im Innersten zusammenhält? Unsere Antwort: zart schmelzender Cheddar. Ein genialer Plan!

## Was du von uns bekommst

- 500g Lumaconi <sup>1</sup>
- 2 rote Paprika
- 2 gelbe Paprika
- 2 rote Zwiebeln
- 1 Knoblauchzehe
- 4 Hähnchenschenkelfilets
- 50g Panko-Paniermehl <sup>1</sup>
- 1 Päckchen Gemüsebrühgewürz
- 1 Päckchen edelsüßes Paprikapulver
- 200g geriebener Cheddar <sup>7</sup>

## Was du zu Hause benötigst

- 200ml Milch <sup>7</sup>
- 4EL Butter <sup>7</sup>
- 2EL Weizenmehl <sup>1</sup>
- Salz und Pfeffer

## Küchenutensilien

- großer Topf
- große Pfanne
- mittelgroße Pfanne
- Messbecher
- 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 1074kcal, Fett 42.0g, Kohlenhydrate 123.5g, Eiweiß 47.4g



1. Gemüse schneiden

In einem großen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Die **Paprika** vierteln, entkernen und in 2-3cm große Stücke schneiden. Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und in dünne Streifen schneiden. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln.



4. Topping anrösten

Inzwischen das **Panko-Paniermehl** und den **Knoblauch** in einer mittelgroßen Pfanne mit 2EL Butter bei mittlerer bis starker Hitze in 3-4Min. goldbraun anrösten und nach Geschmack mit Salz und Pfeffer würzen. Aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen.



2. Pasta kochen

Die **Pasta** in das kochende Wasser geben und in 8-10Min. bissfest kochen. Mit einem Messbecher ca. **250ml Pastawasser** abschöpfen, dann die **Pasta** in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.



5. Sauce köcheln

2EL Mehl über dem **Fleisch** und dem **Gemüse** verteilen und unterrühren. **200ml Pastawasser** mit 200ml Milch, der **½ des Brühgewürzes oder mehr nach Geschmack** und dem **Paprikapulver** verrühren und in die Pfanne gießen. Die **Sauce** aufkochen und bei mittlerer Hitze ca. 2Min. einköcheln lassen.



3. Fleisch und Gemüse braten

Das **Fleisch** trocken tupfen, in 2-3cm große Würfel schneiden und mit je 2 kräftigen Prisen Salz und Pfeffer würzen. Das **Fleisch** in einer großen Pfanne mit 2EL Butter bei mittlerer bis starker Hitze 2-3Min. anbraten, dabei nur wenig umrühren. Die **Paprika** und die **Zwiebeln** hinzufügen und ca. 5Min. mitbraten, bis das **Gemüse** weich und das **Fleisch** gar ist.



6. Käse einrühren

Den **Käse** in die Pfanne rühren, dann die **Pasta** unterheben. Ggf. löffelweise **übriges Pastawasser** einrühren, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Die **Paprika-Hähnchen-Pasta** mit Salz und Pfeffer abschmecken und auf Teller verteilen. Mit dem **Panko-Knoblauch-Topping** garnieren und servieren.