



One-Pot-Hähnchen-Pasta

mit Champignons und Rucola



30-40min



2 Personen

Heute dauert es nicht lange, bis du dieses leckere Pastagericht mit saftigen Hähnchenstücken, frischen Champignons, würzigen getrockneten Tomaten und herzhaftem Rucola auf dem Tisch stehen hast, wo sich dann alle hungrig daraufstürzen werden. Und weil es ein One-Pot-Gericht ist, musst du anschließend auch nicht lange aufräumen.

Was du von uns bekommst

- 1 Packung Hähnchenbrustfilet
- 250g Penne ¹
- 1 Packung Rucola
- 1 Packung weiße Champignons
- 1 Geflügelbrühwürfel ⁹
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Päckchen getrocknete Tomaten ¹²
- 40g italienischer Hartkäse ⁷

Was du zu Hause benötigst

- Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- Weizenmehl ¹

Küchenutensilien

- großer Kochtopf mit Deckel
- Küchenreibe
- Messbecher

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

Allergene

Gluten (1), Milch (7), Sellerie (9), Schwefeldioxid und Sulphite (12). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

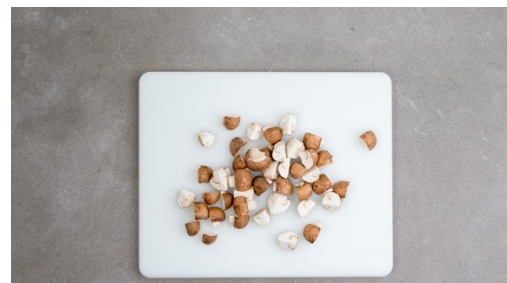
Nährwertangaben pro Portion

Energie 830kcal, Fett 21.8g, Kohlenhydrate 96.0g, Eiweiß 58.5g



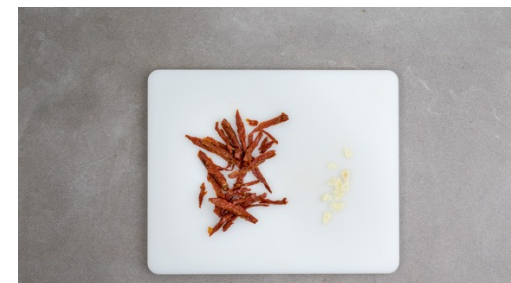
1. Hähnchen schneiden

Die **Hähnchenbrust** mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen und in ca. 2cm große Würfel schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen.



2. Pilze vorbereiten

Die **Pilze** ggf. mit etwas Küchenkrepp oder einer Bürste säubern und je nach Größe vierteln oder achteln.



3. Tomaten schneiden

Die **getrockneten Tomaten** in feine Streifen schneiden. Den **Knoblauch** schälen und in feine Scheibchen schneiden.



4. Hähnchen braten

Das **Hähnchenfleisch** in einem großen Topf mit 1-2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze ca. 3-4 Min. goldbraun anbraten. Die **Pilze**, die **getrockneten Tomaten** und den **Knoblauch** hinzugeben und ca. 2-3Min. mitbraten.



5. Pasta hinzugeben

1EL Mehl unterrühren und das **Fleisch** und **Gemüse** mit 600ml Wasser ablöschen. Den **Brühwürfel** hinzugeben und alles kurz aufkochen lassen. Die **Pasta** dazugeben, gründlich umrühren und alles ca. 10-15Min. abgedeckt köcheln lassen. Zwischendurch immer mal umrühren, damit nichts am Boden anbrennt, ggf. etwas mehr Wasser hinzugeben.



6. Pasta fertigstellen

Inzwischen den **Käse** fein reiben. Die **Pasta** mit Salz und Pfeffer abschmecken und kurz vor dem Servieren ca. **2/3 des Käses** unterheben. Mit dem **Rucola** und dem **restlichen Käse** garniert servieren. **Tipp:** Wer mag, kann für den **Rucola** noch ein **Dressing** aus 1-2TL Olivenöl, 1TL Essig, Salz und Pfeffer anrühren.