



V2: Basilikum-Bio-Hähnchen auf Risotto

mit Lauch und gebratenen Kirschtomaten



30-40min



2 Personen

Heute bringen wir dir Italien pur auf den Teller, und wir meinen nicht nur die Farben: Es gibt - stilvoll in Grün, Weiß und Rot - zarten Lauch in cremig-sämigem Risotto und aromatisch geschmurgelte Tomätchen. Als Star der Vorstellung empfiehlt sich saftiges Bio-Hähnchenbrustfilet, fein gehüllt in einen Hauch Basilikum. Viva Italia!

- 1 Päckchen Hühnerbrühgewürz
- 1 Stange Lauch
- 200g Risottoreis
- 2 Päckchen Basilikumcreme
- 1 Packung Bio-Hähnchenbrustfilet
- 250g Kirschtomaten

- 1 EL Butter ⁷
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Balsamicoessig ¹⁷

- große Pfanne mit Deckel
- mittelgroße Pfanne
- Messbecher

Wer möchte, kann das Wasser vorher im Wasserkocher aufkochen. Die nach Wasserkocher variierende Mindestmenge beachten und ggf. mehr Wasser aufkochen.

Milch (7), Sulphite (17). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Energie 900kcal, Fett 32.6g,
Kohlenhydrate 90.8g, Eiweiß 58.3g



1. Reis und Lauch anbraten

4. Fleisch und Tomaten garen

Das **Fleisch** in einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer bis starker Hitze auf jeder Seite ca. 2Min. anbraten, bis es leicht gebräunt ist, dann die Hitze reduzieren. Die **Kirschtomaten** zugeben und alles abgedeckt bei niedriger bis mittlerer Hitze 10-12Min. garen, bis die **Kirschtomaten** weich werden und die Haut aufplatzt und das **Fleisch** gar ist.



2. Risotto kochen

A close-up photograph of a single, thick scallop. The scallop is seared, showing a golden-brown, slightly charred exterior. The interior is a pale, tender white. It is garnished with a small amount of green herb, possibly dill or parsley, and a small drizzle of sauce. The scallop is centered on a plain white plate.

5. Fleisch schneiden

Das **Fleisch** aus der Pfanne nehmen und leicht schräg in Tranchen schneiden.



3. Fleisch verfeinern

6. Tomaten verfeinern

Das **Risotto** mit 1EL Butter verfeinern und mit Salz und Pfeffer abschmecken. 1TL Balsamicoessig und je 1 Prise Salz und Pfeffer unter die **Kirschtomaten** rühren. Nach Belieben die **Kirschtomaten** mit dem **Risotto** vermengen oder die **Kirschtomaten** mit dem **Fleisch** auf dem **Risotto** anrichten und servieren.