



Paprika-Hähnchen-Pasta mit Feta

mit Rauchmandeln und Basilikum



ca. 25min



2 Personen

Ein Rezept, das alle Esser am Tisch glücklich macht, ist nicht immer leicht zu finden. Unsere leckere Lumaconi-Pasta in der unkompliziert zubereiteten Sauce aus gegrillter Paprika mit cremigem Fetakäse wird aber garantiert von allen mit Komplimenten überhäuft! Zur Vollendung darf sich ein köstlicher Mix aus Basilikum, Feta und Rauchmandeln mit der Sauce und saftigem Hähnchenfleisch vermählen. Zufrieden? Oh ja!

Was du von uns bekommst

- 200g Bio-Lumaconi ¹
- 2 Paprika
- 1 Knoblauchzehe
- 10g Basilikum
- 25g Rauchmandeln ¹⁵
- 50g Feta ⁷
- 250g Hähnchenstreifen italienische Art
- 1 Stückchen Hartkäse ^{3,7}

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Balsamicoessig ¹⁷

Küchenutensilien

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

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

Allergene

Gluten (1), Eier (3), Milch (7), Nüsse (15), Sulphite (17). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

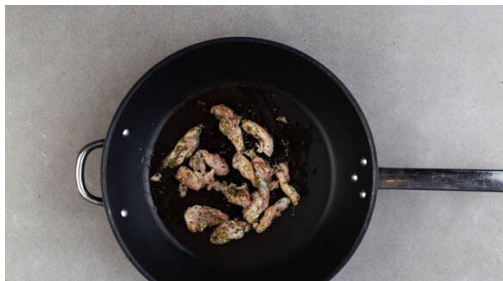
Nährwertangaben pro Portion

Energie 980kcal, Fett 48.5g, Kohlenhydrate 89.0g, Eiweiß 45.4g



1. Pasta kochen

Den Backofen mit Grillfunktion oder Ober-/Unterhitze auf 250°C vorheizen. In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser zum Kochen bringen, die **Pasta** in das kochende Wasser geben und in 11-13Min. bissfest kochen. Regelmäßig umrühren, damit sie nicht zusammenklebt. Mit einem Messbecher **40ml Pastawasser** abschöpfen, dann die **Pasta** in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.



4. Fleisch braten

Das **Fleisch** in einer großen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 3-5Min. gar und goldbraun braten, dabei gelegentlich umrühren.



2. Paprika grillen

Die **Paprika** jeweils vierteln und entkernen und mit der Schnittfläche nach unten auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben. Den ungeschälten **Knoblauch** dazulegen und das **Gemüse** auf der obersten Schiene 8-10Min. grillen, bis die **Paprikahaut** Blasen wirft.



5. Sauce pürieren

Den gebackenen **Knoblauch** schälen und mit der **½ der Paprika**, dem **restlichen Feta**, den **Basilikumstängeln**, dem **Pastawasser** und 1EL Balsamicoessig in einem hohen Gefäß mit einem Stabmixer cremig pürieren. Die **Sauce** mit Salz und Pfeffer abschmecken.



3. Feta vermengen

Die **Basilikumblätter** von den Stängeln zupfen und fein schneiden. Die **Basilikumstängel** aufbewahren. Die **Rauchmandeln** grob hacken. Die **½ des Fetas** mit den Fingern oder einer Gabel zerkrümeln und mit dem **Basilikum**, den **Mandeln**, 1EL Olivenöl und je 1 Prise Salz und Pfeffer vermengen.



6. Pasta fertigstellen

Den **Käse** fein reiben. Die **restliche Paprika** in dünne Streifen schneiden, mit der **Sauce** und dem **Fleisch** in der Pfanne vermengen und 3-4Min. erwärmen. Die **Pasta**, den **Käse** und die **½ der Basilikum-Feta-Mischung** unterrühren. Die **Pasta** auf Teller verteilen und mit der **restlichen Basilikum-Feta-Mischung** garniert servieren.