



Zucchini-Hähnchen-Pasta mit Mais

in cremiger Schnittlauchsauce



ca. 25min



3-4 Personen

Es gibt Nudelrezepte, die gehören im Nu genauso zu unserem Wochentagsprogramm wie unsere Lieblingsserien. Nicht nur, weil sie so mühelos zubereitet sind, sondern weil die Stars auf dem Teller genauso gut zusammenpassen wie Batman und Robin. Unsere Helden sind heute kross gebratenes Hähnchen und Mais, die ihre Superkräfte erst in Kombination mit einer cremigen Schnittlauchsauce so richtig entfalten können. Und Action!

- 400g Penne ¹
- 2 Zucchini
- 2 Knoblauchzehen
- 20g Schnittlauch
- 1 Dose Mais
- 2 Hähnchenbrustfilets
- 1 Päckchen edelsüßes Paprikapulver
- 2 Becher Crème fraîche ⁷
- 1 Päckchen Gemüsebrühgewürz
- 2 Stücke italienischer Hartkäse ⁷

- Salz
- Olivenöl

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

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

Energie 1012kcal, Fett 40.7g,
Kohlenhydrate 107.2g, Eiweiß 50.9g



1. Gemüse vorbereiten

4. Pasta kochen

2. Fleisch und Mais backen

A top-down view of a bowl of ramen. The bowl contains a thick, yellow-orange broth, white noodles, green scallions, and a slice of pink meat. A pair of wooden chopsticks is placed on the left side of the bowl. To the right of the bowl is a small glass dish containing a mound of shredded white cheese. The entire scene is set against a light gray background.

5. Sauce zubereiten

A top-down view of a black frying pan with a silver handle on the left. The pan contains several slices of zucchini and onions, which are being cooked and have some browning. The pan is set on a grey surface.

3. Zucchini braten

6. Pasta vermengen

Die **Pasta** und die **Sauce** mit **100-150ml Pastawasser** zu der **Zucchini** geben und bei mittlerer bis starker Hitze ca. 1Min unter Rühren erwärmen. Die **Pasta** auf Teller verteilen, das **Fleisch** und den **Mais** darauf anrichten und mit dem **Käse** und dem **Schnittlauch** garniert servieren.