



V1: Hähnchengeschnetzeltes mit Pasta

und cremiger Champignon-Lauch-Sauce



20-30min



2 Personen

Ein Gericht für Groß und Klein, denn hier kann keiner widerstehen: Wenn sich die cremig-würzige Champignon-Lauch-Sauce mit zartem Hähnchenschenkelfleisch um die Penne schmiegt, bleibt sicher kein Klecks übrig. Versprochen!

- 200g Bio-Penne ¹
- 250g Champignons
- 1 Stange Lauch
- 250g Hähnchenstreifen
italienische Art
- 1 Becher Crème fraîche ⁷
- 1 Päckchen Hühnerbrühgewürz
- 10g Petersilie

- 2EL Senf ¹⁰
- 2TL Weizenmehl ¹
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

- mittelgroßer Topf
- große Pfanne
- Messbecher
- Sieb

Allergene

Nährwertangaben pro Portion

Energie 1031kcal, Fett 54.8g,
Kohlenhydrate 90.8g, Eiweiß 43.3g



In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Die **Pilze** ggf. säubern und je nach Größe vierteln oder sechsteln. Den **Lauch** längs halbieren und quer in ca. 1cm breite Streifen schneiden.



Die **Pilze** in derselben Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 3-5Min. anbraten. Den **Lauch** hinzufügen und 1-2Min. mitbraten. 2TL Mehl, dann die **Crème fraîche** und **100ml Pastawasser** unterrühren und die **½ des Brühgewürzes** in der **Sauce** auflösen. Das **Fleisch** hinzugeben und 1-2Min. in der **Sauce** köcheln lassen. Nach Belieben das **übrige Pastawasser** unterrühren.



Die **Pasta** in das kochende Wasser geben und in 8-10Min. bissfest kochen. Mit einem Messbecher ca. **150ml Pastawasser** abschöpfen, dann die **Pasta** in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen. Anschließend wieder in den Topf geben und abgedeckt warm halten.



Die **Petersilie samt Stängeln** fein hacken.



Das **Fleisch** in einer großen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei starker Hitze 3-4Min. goldbraun anbraten. Aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen.



Das **Geschnetzelte** kräftig mit 2EL Senf sowie Salz und Pfeffer abschmecken und die **½ der Petersilie** unterrühren. Die **Pasta** mit dem **Hähnchengeschnetzelten** anrichten und mit der **restlichen Petersilie** garniert servieren.