



V2: Hähnchengeschnetzeltes mit Linsen-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 hübschen Linsen-Strozzapreti schmiegt, bleibt sicher kein Klecks übrig. Versprochen!

- 250g Bio-Linsen-Strozzapreti
- 250g Champignons
- 1 Stange Lauch
- 250g Hähnchenstreifen
italienische Art
- 1 Becher Crème fraîche ⁷
- 1 Päckchen Hühnerbrühwürz
- 10g Petersilie

- 2EL Senf ¹⁰
- 2TL Speisestärke
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

- mittelgroßer Topf
- große Pfanne
- Messbecher
- Sieb

Allergene
Milch (7), Senf (10). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Energie 1103kcal, Fett 54.4g,
Kohlenhydrate 82.7g, Eiweiß 66.3g



1. Gemüse schneiden

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.



4. Geschnetzeltes zubereiten

Die **Pilze** in der Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 3-5Min. anbraten. Den **Lauch** hinzufügen und 1-2Min. mitbraten. Die Stärkemischung, 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.



2. Pasta kochen

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.



5. Petersilie hacken

Die **Petersilie samt Stängeln** fein hacken.



3. Fleisch anbraten

Das **Fleisch** in einer großen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei starker Hitze 3-4Min. goldbraun anbraten. Aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen. 2TL Speisestärke in 2TL Wasser glatt rühren.



6. Anrichten und servieren

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.