



## Bio-Hähnchenschnitzel mit Mozzarella

auf Pasta mit Tomatensauce



30-40min



2 Personen

Heute in unserer Kochschule: Schnitzel! Die zarte Bio-Hähnchenbrust wird in Panko-Brösel gehüllt und in der Pfanne frittiert, wodurch sie von außen schön knusprig und goldbraun wird, während das Fleisch wunderbar saftig bleibt. Wer kann da widerstehen? Dass das Ganze mit schmelzendem Mozzarella, leckerer Pasta und einer fruchtigen Tomatensauce mit Basilikum serviert wird, soll dabei aber auch nicht vergessen werden. Herrlich!

- 200g Bio-Spaghetti <sup>2</sup>
- 2 Tomaten
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Dose gehackte Tomaten
- 2 Bio-Hähnchenbrustfilets
- 50g Panko-Paniermehl <sup>2</sup>
- 1 Mozzarella <sup>3</sup>
- 10g Basilikum

- 1 Ei <sup>1</sup>
- 2EL Weizenmehl <sup>2</sup>
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl

- Backofen mit Grillfunktion
- Auflaufform
- mittelgroßer Topf
- mittelgroßer Topf mit Deckel
- große Pfanne
- Fleischklopper
- Sieb

Energie 1224kcal, Fett 48.4g,  
Kohlenhydrate 118.0g, Eiweiß 79.7g



Den Backofen mit Grillfunktion oder Ober-/Unterhitze auf 220°C vorheizen. In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Die **Tomaten** in kleine Würfel schneiden. Die **Zwiebel** und den **Knoblauch** schälen und fein würfeln.



In einem zweiten mittelgroßen Topf die **Zwiebeln** mit 1 EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 1–2 Min. farblos anbraten. Den **Knoblauch** dazugeben und mit den **gehackten Tomaten** ablöschen. Die **Sauce** mit je ½ TL Salz und Zucker sowie 1 Prise Pfeffer würzen und ca. 5 Min. abgedeckt köcheln lassen, dann noch ca. 5 Min. ohne Deckel einköcheln.



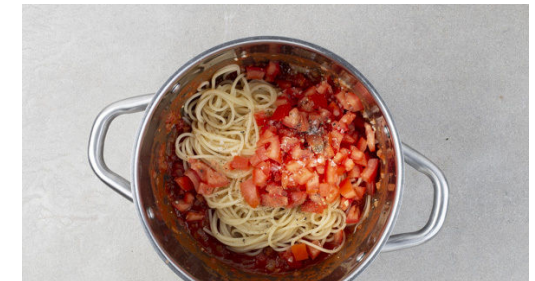
Das **Fleisch** trocken tupfen und mit einem Fleischklopfer plattieren. 1 Ei verquirlen. Die **Schnitzel** von beiden Seiten mit je 1 Prise Salz und Pfeffer würzen, dann nacheinander in 2EL Mehl wenden, durch das Ei ziehen und zum Schluss in dem **Panko-Paniermehl** wenden.



Die **Pasta** in das kochende Wasser geben und in 7-9Min. bissfest kochen. In ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.



Die **Schnitzel** in einer großen Pfanne mit 3EL Olivenöl bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 1-2Min. anbraten. Die **Schnitzel** auf etwas Küchentrepp abtropfen lassen und anschließend in eine mittelgroße Auflaufform geben. Den **Mozzarella** in dünne Scheiben schneiden, auf den **Schnitzeln** verteilen und 3-5Min. im Ofen gratinieren, bis der **Käse** schmilzt.



Die **Basilikumblätter** von den Stängeln  
 zupfen. Die **Pasta** mit der **Tomatensauce**  
 und den **Tomatenwürfeln** vermengen, nach  
 Geschmack mit Salz und Pfeffer würzen und  
 auf Teller verteilen. Die **Schnitzel** auf der  
**Pasta** anrichten, mit dem **Basilikum**  
 garnieren und servieren.