



## Spaghetti-Hähnchen-Pfanne

mit frischen Kräutern und Tomaten



20-30min



2 Personen

Heute gibt es Comfortfood auf die schnelle Art: Zartes Hähnchenbrustfilet in einer cremigen Sauce mit vielen frischen Kräutern und saftigen Kirschtomaten - das schmeckt Klein und Groß gleichermaßen!



## Was du von uns bekommst

- 30g frisches Basilikum, Koriander & Schnittlauch
- 1 Packung Hähnchenbrustfilet
- 1 unbehandelte Zitrone
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Packung Kirschtomaten
- 250g Spaghetti <sup>1</sup>
- 1 Stück italienischer Hartkäse <sup>7</sup>
- 1 Becher Crème fraîche <sup>7</sup>

## Was du zu Hause benötigst

- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

## Küchenutensilien

- große Pfanne
- mittelgroßer Kochtopf
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Küchenreibe
- Zitronenpresse
- Sieb

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

### Allergene

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

### Nährwertangaben pro Portion

Energie 900kcal, Fett 32.4g, Kohlenhydrate 96.8g, Eiweiß 50.9g



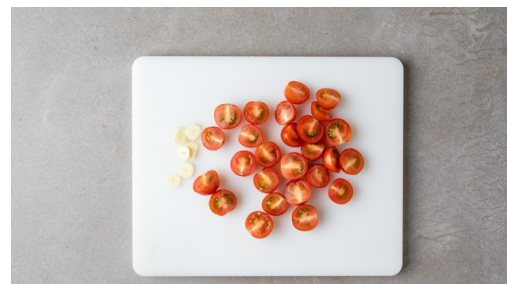
### 1. Hähnchen vorbereiten

In einem mittelgroßen Topf ausreichend leicht gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Das **Hähnchenfleisch** mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen, in ca. 2-3cm breite Streifen schneiden und mit 1EL Olivenöl vermengen.



### 4. Pasta kochen

Die **Spaghetti** ins kochende Wasser geben und in ca. 8-9Min. bissfest garen. In ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.



### 2. Tomaten schneiden

Die **Kirschtomaten** halbieren. Den **Knoblauch** schälen und in feine Scheiben schneiden.



### 5. Kräutercreme zubereiten

Die **Basilikumblätter** und die **Korianderblätter** von den Stängeln zupfen und fein hacken. Den **Schnittlauch** in feine Röllchen schneiden. Die **Kräuter** mit der **Crème fraîche** und **1TL Zitronenschale** mit einem Stabmixer in einem hohen Gefäß fein pürieren, dabei nach Wunsch 1EL Olivenöl zugeben. Die **Kräutercreme** mit **Zitronensaft** und Salz abschmecken.



### 3. Zitrone vorbereiten

Die **Zitronenschale** fein abreiben, dann die **Zitrone** halbieren und auspressen.



### 6. Hähnchen braten

Die **Hähnchenstreifen** in einer großen Pfanne bei mittlerer Hitze ca. 4-5Min. goldbraun anbraten. Die **Tomaten** und den **Knoblauch** dazugeben und kurz mitbraten. Die **Spaghetti** und die **Kräutercreme** unterheben, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den **Käse** über die **Pasta** reiben und servieren.