



V: „Hähnchen“-Schnitzel mit Mozzarella

auf Pasta mit Tomatensauce



30-40min



2 Personen

Heute in unserer Kochschule: Schnitzel! Die zarte 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 ¹
- 2 Tomaten
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Dose gehackte Tomaten
- 2 vegane Hähnchenschnitzel ¹
- 1 Mozzarella ²
- 10g Basilikum

- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl

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

Gluten (1), Milch (2). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Energie 1245kcal, Fett 49.9g,
Kohlenhydrate 134.8g, Eiweiß 62.0g



1. Gemüse schneiden

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.



4. Schnitzel überbacken

Die **Schnitzel** in einer großen Pfanne mit 3EL Olivenöl bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 1-2Min. anbraten. Die **Schnitzel** auf etwas Küchenkrepp 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.



2. Tomatensauce kochen

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.



5. Pasta fertigstellen

Die **Basilikumblätter** von den Stängeln zupfen. Die **Pasta** mit der **Tomatensauce** und den **Tomatenwürfeln** vermengen, nach Geschmack mit Salz und Pfeffer würzen



3. Pasta kochen

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



6. Anrichten & servieren

Die **Pasta samt Sauce** auf Teller verteilen.
Die **Schnitzel** auf der **Pasta** anrichten, mit
dem **Basilikum** garnieren und servieren.