



Spätzle mit zarter Hähnchenbrust und cremiger Spinat-Käse-Sauce mit Tomaten



20-30min



2 Personen

Mmmh, heute erlebst du mal wieder eine Sternstunde des fix gezauberten Wohlfühlens: Es gibt saftiges Hähnchenbrustfilet mit gebratenen Spätzle, dazu eine cremige Sauce mit getrockneten Tomaten, Käse und Spinat - da greifen Klein und Groß gerne zu! Guten Appetit!

- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Packung getrocknete Tomaten
- 1 Stück italienischer Hartkäse ³
- 1 Hähnchenbrustfilet
- 1 Päckchen Hühnerbrühgewürz
- 1 Becher Crème fraîche ³
- 400g frische Spätzle ^{1,2}
- 100g Babyspinat

- 1EL Weizenmehl ²
- 1EL Butter ³
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

- 2 große Pfannen
- Messbecher
- Küchenreibe

Allergene

Nährwertangaben pro Portion

Energie 962kcal, Fett 54.1g,
Kohlenhydrate 66.6g, Eiweiß 48.3g



1. Zwiebel schneiden

Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Würfel schneiden. Den **Knoblauch** schälen und ebenfalls fein würfeln.



4. Fleisch braten

Das **Fleisch** in einer großen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei starker Hitze auf jeder Seite 1-2Min. scharf anbraten. Das **Fleisch samt Bratensatz** aus der Pfanne nehmen und auf einem Teller ruhen lassen.



2. Tomaten schneiden

Die **getrockneten Tomaten** in feine Streifen schneiden. Den **Käse** fein reiben.



5. Sauce ansetzen

Die **Zwiebeln** und den **Knoblauch** in derselben Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 1-2Min. anbraten. Mit 1EL Mehl bestäuben und mit 250-300ml Wasser ablöschen, dann die **½ des Brühgewürzes** unterrühren. Die **getrockneten Tomaten**, die **Crème fraîche** und das **Fleisch samt Bratensatz** hinzugeben und alles 4-5Min. sanft köcheln lassen.



3. Fleisch vorbereiten

Das **Fleisch** trocken tupfen und horizontal halbieren, sodass **2 dünne Schnitzel** entstehen. Mit je 1 Prise Salz und Pfeffer würzen.



6. Spätzle braten

Die **Spätzle** in einer zweiten großen Pfanne mit ca. 1EL Butter bei mittlerer Hitze 2-3Min. golden anbraten. Den **Spinat** und den **Käse** in die **Sauce** rühren und die **Sauce** mit Salz, Pfeffer und ggf. mehr **Brühgewürz** abschmecken. Die **Spätzle** mit dem **Hähnchen** und der **Sauce** auf Tellern anrichten und servieren.