



Hähnchen-Pasta alla saltimbocca

mit Bacon, Salbei und Brokkoli



20-30min



2 Personen

Saltimbocca ist eine römische Spezialität aus Kalbfleisch, Rohschinken und Salbei. Der Name bedeutet im lokalen Dialekt „Spring in den Mund!“. Wer unsere köstliche Pasta-Variation des Klassikers heute mit zartem Hähnchen, knusprigem Speck und natürlich Salbei aufischt, kann beobachten, wie schnell es gehen kann, dass die Teller blitzblank geputzt sind – als wäre das feine Mahl ganz von selbst in den Mund gesprungen!

Was du von uns bekommst

- 250g Spaghetti ¹
- 1 Brokkoli
- 1 Packung Hähnchenbrustfilet
- 1 Packung Baconscheiben
- 1 Becher Schlagsahne ⁷
- 1 Packung Sojasauce ^{1,6}
- 5g frischer Salbei

Was du zu Hause benötigst

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- mittelgroßer Kochtopf
- kleiner Kochtopf
- große Pfanne
- Sieb

Vergiss nicht, dein Gemüse gründlich zu waschen. Besonders in grünem Blattgemüse und Salaten können kleine Steinchen enthalten sein.

Allergene

Gluten (1), Sojabohnen (6), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 1030.0kcal, Fett 41.7g, Eiweiß 58.6g, Kohlenhydrate 100.8g



1. Brokkoli schneiden

In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Den **Brokkoli** in ca. 3cm große Röschen schneiden.



2. Fleisch schneiden

Das **Fleisch** mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen und in ca. 1cm breite Streifen schneiden. Den **Bacon** ebenfalls in ca. 1cm breite Streifen schneiden.



3. Sauce zubereiten

Ca. **2/3 der Schlagsahne**, die **Sojasauce** und 1-2EL Essig in einem kleinen Topf auf mittlerer Stufe erwärmen. Die **Salbeiblätter** von den Stängeln zupfen, ca. **2/3 der Blätter** fein schneiden und in die **Sauce** geben. **Tipp:** Wer mag, kann die **Blätter** auch nur klein zupfen, statt sie zu schneiden. Alles einmal aufkochen lassen und dann bei niedriger Hitze 10-12Min. sanft köcheln.



4. Pasta kochen

Die **Pasta** in das kochende Wasser geben und 5-6Min. kochen lassen. Dann den **Brokkoli** dazugeben und weitere 2-3Min. mitkochen, bis die **Pasta** und der **Brokkoli** gar sind. In ein Sieb abgießen und im Topf warm halten.



5. Fleisch braten

Die **restlichen Salbeiblätter** in einer großen Pfanne mit 1-2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze ca. 1Min. knusprig anbraten, dann auf etwas Küchenkrepp abtropfen lassen. Den **Bacon** in derselben Pfanne 2-3Min. rundum knusprig und golden braten und ebenfalls aus der Pfanne nehmen. Das **Fleisch** in der Pfanne ca. 5Min. braten, bis es gar ist.



6. Pasta fertigstellen

Die **Sauce**, das **Fleisch**, den **Bacon** und den **Brokkoli** zur **Pasta** in den Topf geben und alles gut vermengen. Mit Salz, Pfeffer und ggf. mehr Essig abschmecken. Die frittierten **Salbeiblätter** über der **Pasta** zerbröseln und servieren.