



Hähnchen-Spinat-Pasta mit Walnuss

in cremiger Blauschimmelkäsesauce



20-30min



3-4 Personen

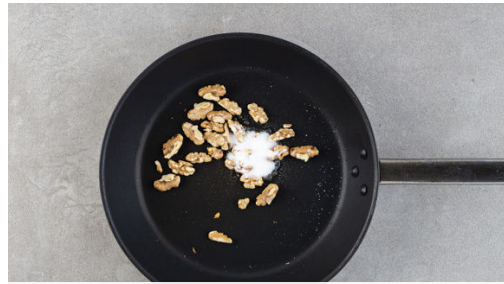
Käse-Liebhaber aufgepasst: Hier wird nicht gekleckert, sondern geklotzt! Die sahnige Sauce aus Crème fraîche und köstlichem Blauschimmelkäse umschmeigt die feine Pasta. Babyspinat und Lauch steuern gemüsiges Aroma bei, das kurzgebratene Hähnchenfleisch bleibt wunderbar zart. Zum Schluss noch schwungvoll mit karamellisierten Walnüssen und geriebenem Käse garnieren, und dann gibt es wirklich kein Halten mehr!

- 500g Torchiette ¹
- 1 Packung Walnusskerne ¹⁵
- 1 Stange Lauch
- 1 Packung Blauschimmelkäse ⁷
- 2 Becher Crème fraîche ⁷
- 1 Packung Hähnchenbrustfilet
- 1 Packung Babyspinat
- 2 Stückchen Hartkäse ⁷

- 1-2EL Weizenmehl ¹
- 1EL Zucker
- Salz und schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

- großer Kochtopf
- mittelgroßer Kochtopf
- große Pfanne
- kleine Pfanne
- Sparschäler
- Messbecher
- Sieb

Energie 1055kcal, Fett 50.7g,
Kohlenhydrate 95.6g, Eiweiß 50.9g



1. Nüsse karamellisieren

In einem großen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Die **Walnüsse** halbieren und in einer kleinen Pfanne ohne Zugabe von Fett bei mittlerer Hitze 2-3Min. anrösten. 1 gestrichenen EL Zucker dazugeben und die **Nüsse** vorsichtig karamellisieren lassen, bis der Zucker anfängt, flüssig zu werden. Auf einem Teller beiseitestellen.



4. Sauce zubereiten

In einem mittelgroßen Topf die **weißen Lauchstreifen** mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze ca. 1Min. farblos anschwitzen. Mit **500ml Pastawasser** ablöschen und 1-2EL Mehliterrühren, dann den **Blauschimmelkäse** dazugeben. Die **Sauce** sanft köcheln lassen bis der **Käse** geschmolzen ist. Die **Crème fraîche**iterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



2. Pasta kochen

Die **Pasta** in das kochende Wasser geben und in 6-8Min. bissfest kochen. Mit einem Messbecher ca. **550ml Pastawasser** abschöpfen, dann die **Pasta** in ein Sieb abgießen und 1EL Olivenöl untermischen.



5. Fleisch braten

Das **Fleisch** mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen und in dünne Streifen schneiden. In einer großen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei starker Hitze 2-3Min. scharf anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen.



3. Zutaten vorbereiten

Den **Lauch** längs halbieren, den **weißen Teil** in sehr feine Streifen, den **grünen Teil** in etwas breitere, schräge Streifen schneiden. Den **Blauschimmelkäse** in kleine Würfel schneiden.



6. Pasta fertigstellen

Die **Pasta** mit dem **Spinat**, den **grünen Lauchstreifen** und der **Sauce** vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Bei Bedarf noch etwas **Pastawasser** hinzugeben. Den **Hartkäse** mit einem Sparschäler über die **Pasta** hobeln und die **Pasta** mit den **Walnüssen** garniert servieren.