



Pasta-Gratin mit Bio-Hähnchen und Feta

griechische Art mit Tomaten-Oliven-Salat



30-40min



3-4 Personen

Regenwetter im Sommer? Kommt auch mal vor. Wenn dann etwas Leckeres im Ofen vor sich hin brutzelt, liegt der Gedanke nahe, sich selbst zum Faulenzen dazuzulegen. Aber seltsame Wünsche beiseite, nie würden wir unserem herzhaften Pasta-Gratin mit gebratenem Bio-Hähnchen, buntem Gemüse und cremigem Feta seinen Platz streitig machen wollen! Denn dieses Wonnemahl ist alles, was wir zum Glückhsein brauchen.

- 400g Bio-Penne ¹
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Zucchini
- 1 Pck. Grillgewürzmischung
- 1 Becher Crème fraîche ²
- 2 Paprika
- 2 rote Zwiebeln
- 2 Pck. Bio-Hähnchenbrustwürfel
- 200g Feta ²
- 500g Kirschtomaten
- 2 Pck. schwarze Oliven
- 10g Petersilie

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

- Backofen und Auflaufform
- großer Topf
- große Pfanne mit Deckel
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Sieb

Energie 991kcal, Fett 44.3g,
Kohlenhydrate 91.1g, Eiweiß 54.3g



1. Zucchini braten

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. In einem großen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. Die **Zucchini** in 1-2cm große Würfel schneiden und mit dem **Knoblauch** in einer großen Pfanne bei starker Hitze mit 1EL Olivenöl, der **Gewürzmischung** sowie je 1 Prise Salz und Pfeffer ca. 2Min. anbraten.



4. Pasta kochen

Die **Pasta** in das kochende Wasser geben und ca. 6Min. kochen lassen. Die **Pasta** soll noch nicht ganz gar sein. In ein Sieb abgießen, abtropfen lassen und zurück in den Topf geben.



2. Sauce vorbereiten

Die **Crème fraîche** unterrühren und die **Zucchini** abgedeckt bei mittlerer Hitze noch ca. 5Min. garen. Dann in ein hohes Püriergefäß füllen, die Pfanne auswaschen.



5. Gratin backen

Die **Zucchini** mit einem Stabmixer pürieren. Die **Sauce** ggf. mit etwas Wasser verdünnen und mit Salz und Pfeffer abschmecken, dann mit der **Gemüse-Fleisch-Mischung** unter die **Pasta** mengen. Die **Pasta** in eine Auflaufform geben. Den **Feta** mit der Fingern grob zerkrümeln, auf der **Pasta** verteilen und die **Pasta** ca. 10Min. im Ofen überbacken.



3. Gemüse und Fleisch braten

Die **Paprika** halbieren, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Das **Fleisch** trocken tupfen, dann mit der **Paprika** und $\frac{3}{4}$ der **Zwiebeln** in der Pfanne mit 1 EL Olivenöl und 1 Prise Salz 6–7 Min. bei mittlerer Hitze braten, bis das **Fleisch** fast gar ist. Die Pfanne vom Herd nehmen.



6. Salat zubereiten

Inzwischen die **Kirschtomaten** halbieren. Die **Oliven** in Ringe schneiden. 2EL Olivenöl und 2EL Essig mit je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer verrühren und die **Tomaten**, die **Oliven** und die **übrigen Zwiebeln** mit dem **Dressing** vermengen. Die **Petersilienblätter** abzupfen und fein hacken. Das **Gratin** mit der **Petersilie** garnieren und mit dem **Tomatensalat** servieren.