



Zarte Hähnchenbrust auf Orecchiette

mit gegrilltem Gemüse



30-40min



3-4 Personen

Hach, so muss ein leckeres Pastagericht schmecken! Zur leichten Sauce mit aromatischem Grillgemüse gibt es beste italienische Orecchiette und zartes Hähnchenfleisch. Mit geriebenem Käse und frischem Basilikum garniert ein Abendessen, das dich und deine Lieben begeistern wird!

Was du von uns bekommst

- 500g Orecchiette ¹
- 2 rote Zwiebeln
- 3 Knoblauchzehen
- 4 Tomaten
- 1 Aubergine
- 2 Zucchini
- 2 Packungen Hähnchenbrustfilet
- 2 Stück Hartkäse ⁷
- 10g frisches Basilikum

Was du zu Hause benötigst

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen mit Grillfunktion
- Backblech und Backpapier
- Auflaufform
- großer Topf
- große Pfanne
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Messbecher
- Küchenreibe
- Sieb

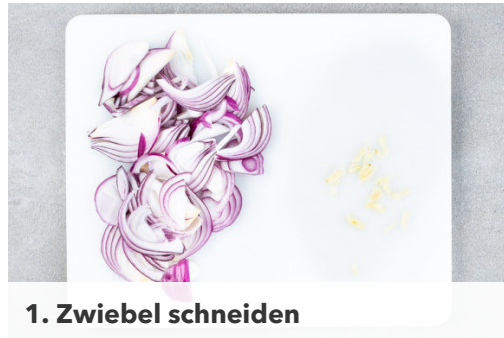
Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

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

Nährwertangaben pro Portion

Energie 833kcal, Fett 21.7g, Kohlenhydrate 102.2g, Eiweiß 52.5g



1. Zwiebel schneiden

Den Backofen mit Grillfunktion auf 250°C vorheizen. In einem großen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Den **Knoblauch** schälen und in hauchdünne Scheibchen schneiden.



4. Pasta kochen

Die **Pasta** in das kochende Wasser geben und in 9-11Min. bissfest kochen. Von Anfang an regelmäßig umrühren, damit die Pasta nicht zusammenklebt. Mit einem Messbecher **100ml Pastawasser** abschöpfen, dann in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.



2. Tomaten vorbereiten

Die **Tomaten** vierteln und vom Strunk befreien. Das **Kerngehäuse** heraus schneiden und mit je 2EL Olivenöl und Essig in einem hohen Gefäß mit einem Stabmixer fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die **restlichen Tomaten** in lange, dünne Streifen schneiden.



5. Fleisch garen

Das **Fleisch** mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen, von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen und in einer großen Pfanne mit 1-2EL Olivenöl bei mittlerer bis starker Hitze auf jeder Seite 1-2Min. anbraten. Anschließend in eine Auflaufform geben und 8-10Min. im Ofen garen, bis das **Fleisch** durch ist. Die Pfanne aufbewahren. Den **Käse** fein reiben.



3. Gemüse grillen

Die **Aubergine** und die **Zucchini** in ca. 0,5cm dünne Scheiben schneiden. Ggf. sehr große Scheiben halbieren. Das **Gemüse** auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit 2-3EL Olivenöl sowie Salz und Pfeffer vermengen, gleichmäßig verteilen und 10-15Min. auf der 2. Schiene von oben im Ofen grillen. Das **Gemüse** nach der Hälfte der Zeit wenden.



6. Pasta fertigstellen

Die **Zwiebeln** und den **Knoblauch** mit 2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 1-2Min. anbraten. Mit dem **Tomatenpüree** ablöschen, mit Salz und Pfeffer würzen und die **Pasta**, das **Grillgemüse** und die **Tomaten** unterrühren, dabei ggf. etwas **Pastawasser** hinzugeben. Das **Fleisch** in Tranchen schneiden, auf der **Pasta** anrichten und mit dem **Basilikum** und dem **Käse** servieren.