



Knusprig-zartes Hähnchen mit Mandeln

auf cremiger Brokkoli-Frischkäse-Pasta



20-30min



3-4 Personen

Für diesen schnellen Feierabend-Darling senden wir dir saftig-zartes Hähnchenbrustfilet, das du zu feiner Pasta mit frischem Brokkoli und einer cremigen Frischkäsesauce servierst. Geräucherte Mandeln sind das knackig-delikate Aroma-Tüpfelchen. Das schmeckt großen und kleinen Leckermäulchen!

Was du von uns bekommst

- 500g Orecchiette ¹
- 1 Brokkoli
- 1 Lauchzwiebel
- 2 Packungen Frischkäse ⁷
- 2 Päckchen Hühnerbrühwürz
- 1 Packung Hähnchenbrustfilet
- 2 Stück Hartkäse ⁷
- 1 Packung Rauchmandeln ¹⁵

Was du zu Hause benötigst

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- großer Topf
- 2 große Pfannen
- Sparschäler
- Messbecher
- Sieb

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

Allergene

Gluten (1), Milch (7), Nüsse (15). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 886kcal, Fett 26.9g, Kohlenhydrate 98.3g, Eiweiß 57.1g



1. Gemüse schneiden

In einem großen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Den **Brokkoli** in ca. 2cm große Stücke schneiden. Die **Lauchzwiebel** schräg in feine Ringe schneiden.



2. Pasta kochen

Die **Pasta** in das kochende Wasser geben und in 9-11Min. bissfest kochen. Dabei zwischendurch immer mal umrühren, damit die **Pasta** nicht zusammenklebt. In ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.



3. Sauce zubereiten

Den **Frischkäse** in einer großen Pfanne mit 300-400ml Wasser und dem **Brühwürz** verrühren, dann bei mittlerer Hitze langsam zum Kochen bringen.



4. Fleisch braten

Das **Fleisch** mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen und jeweils halbieren, sodass insgesamt **4 dünne Schnitzel** entstehen. Diese mit 1-2EL Olivenöl sowie Salz und Pfeffer einreiben und in einer weiteren großen Pfanne bei starker Hitze auf jeder Seite 1-2Min. scharf anbraten. Dann bei niedriger Hitze noch ca. 3Min. garen lassen, bis das **Fleisch** in der Mitte durch ist.



5. Brokkoli garen

Den **Brokkoli** in die **Sauce** geben und 3-4Min. garen.



6. Pasta fertigstellen

Die **Pasta** in die Pfanne geben und gründlich mit der **Sauce** und dem **Brokkoli** vermengen. Den **Käse** mit einem Sparschäler in breite Streifen hobeln. Das **Hähnchen** in Tranchen schneiden, auf der **Pasta** anrichten und mit den **Lauchzwiebeln**, dem **Käse** und den **Rauchmandeln** garniert servieren.