



## Penne mit Mozzarella und Hähnchen

in Tomatensauce mit Karotten und Zucchini



ca. 25min



3 Portionen

Heute kommt ein italienisches Meisterwerk auf den Tisch, das sowohl Kinder als auch Erwachsene begeistern wird! Dieses Gericht vereint saftige Hähnchenbrustwürfel, zarten Mozzarella und frisches Gemüse in einer fruchtig-würzigen Tomatensauce. Elegant auf feiner Penne serviert und mit Basilikumcreme verfeinert. Buon appetito! Das Rezept ergibt bei einem 2-Port.-Plan 3, bei einem 4-Port.-Plan 6 Portionen.

## Was du von uns bekommst

- 400g Bio-Penne <sup>1</sup>
- 1 Zwiebel
- 2 Karotten
- 1 Zucchini
- 1 Pck. gewürfelte Hähnchenbrust
- 1 Pck. italienische Gewürzmischung
- 400g passierte Tomaten
- 1 Mozzarella <sup>2</sup>
- 1 Pck. Basilikumcreme

## Was du zu Hause benötigst

- 1EL Butter <sup>2</sup>
- Olivenöl
- Salz und Pfeffer

## Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf
- mittelgroße Pfanne
- Küchenwaage
- Sieb

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

## Allergene

Gluten (1), Milch (2). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

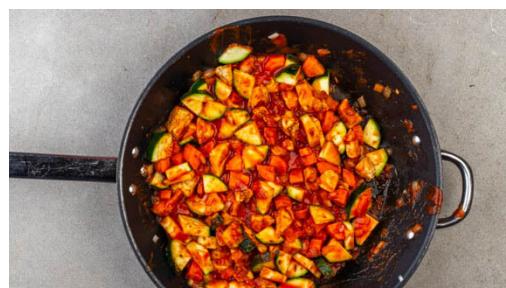
## Nährwertangaben pro Portion

Energie 830kcal, Fett 28.2g, Kohlenhydrate 92.8g, Eiweiß 46.0g



### 1. Gemüse schneiden

In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und fein würfeln. Die **Karotten** ggf. schälen, längs vierteln und quer in dünne Scheiben schneiden. Die **Zucchini** ebenfalls längs vierteln und quer in dünne Scheiben schneiden.



### 4. Sauce köcheln

Die **Zucchini** in die Pfanne geben und 2-4Min. braten, bis sie leicht weich werden. Dann die **½ der Gewürzmischung** zugeben und 30-60Sek. unter stetigem Rühren mitbraten. **300g passierte Tomaten** zugeben und einmal aufkochen lassen, dann die **Sauce** bei niedriger Hitze sanft köcheln lassen, bis die **Pasta** gekocht ist. Nach Belieben mit mehr **Gewürzmischung** abschmecken.



### 2. Sauce ansetzen

Das **Fleisch** trocken tupfen und in einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Olivenöl und 1EL Butter bei mittlerer Hitze 2-3Min. anbraten. Die **Zwiebeln** und die **Karotten** zugeben, mit je ½TL Salz und Pfeffer würzen und 3-4Min. weiterbraten, bis die **Zwiebeln** glasig sind.



### 5. Mozzarella vorbereiten

Den **Mozzarella** abtropfen lassen und in mundgerechte Stücke zupfen.



### 3. Pasta kochen

**300g Pasta** in das kochende Wasser geben und in 7-9Min. bissfest kochen. Mit einer Tasse etwas **Pastawasser** abschöpfen, dann die **Pasta** in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.



### 6. Pasta fertigstellen

Die **Pasta** und die **½ des Mozzarellas** mit der **Sauce** vermengen, dabei esslöffelweise **Pastawasser** zugeben, um die Konsistenz anzupassen. Die **Pasta** auf Tellern anrichten und mit dem **restlichen Mozzarella** und der **Basilikumcreme** garniert servieren.