



## One-Pot-Hähnchen-Pasta

mit Pilzen und Rucola



20-30min



3-4 Personen

Heute dauert es nicht lange, bis du dieses leckere Pastagericht mit saftigen Hähnchenstücken, frischen Champignons, würzigen getrockneten Tomaten und Oliven sowie herhaftem Rucola auf dem Tisch stehen hast, wo sich dann alle hungrig daraufstürzen werden. Und weil es ein One-Pot-Gericht ist, musst du anschließend auch nicht lange aufräumen.

## Was du von uns bekommst

- 1 Packung Champignons
- 2 Packungen getrocknete Tomaten
- 1 Packung grüne Oliven
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Packungen gewürfelte Hähnchenbrust
- 1 Päckchen Gemüsebrühgewürz
- 500g Tagliatelle 1
- 2 Stück italienischer Hartkäse <sup>7</sup>
- 1 Packung Rucola

## Was du zu Hause benötigst

- 2EL Weizenmehl <sup>1</sup>
- Salz und schwarzer Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

## Küchenutensilien

- großer Topf mit Deckel
- Wasserkocher
- Messbecher
- Küchenreibe

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 796kcal, Fett 20.5g, Kohlenhydrate 100.3g, Eiweiß 52.4g



### 1. Pilze schneiden

In einem Wasserkocher 1,2L heißes Wasser zum Kochen bringen. Die **Pilze** ggf. säubern und je nach Größe vierteln oder achteln.



### 2. Tomaten schneiden

Die **getrockneten Tomaten** in feine Streifen schneiden. Die **Oliven** grob hacken. Den **Knoblauch** schälen und in feine Scheibchen schneiden.



### 3. Fleisch braten

Das **Fleisch** mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen, dann in einem großen Topf mit 2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 3-4Min. goldbraun anbraten. Die **Pilze**, die **getrockneten Tomaten**, die **Oliven** und den **Knoblauch** hinzugeben und 2-3Min. mitbraten.



### 4. Pasta kochen

2EL Mehl unterrühren und das **Fleisch** und das **Gemüse** mit 1,2L heißem Wasser ablöschen. Das **Brühgewürz** unterrühren und alles einmal aufkochen lassen, dann die **Pasta** dazugeben, gründlich umrühren und abgedeckt 10-15Min. köcheln lassen. Zwischendurch immer mal umrühren, damit nichts am Boden anbrennt, und nach Bedarf etwas mehr Wasser hinzugeben.



### 5. Dressing anrühren

Aus 1EL Olivenöl, 1TL Essig und je 1 Prise Salz und Pfeffer ein **Dressing** anrühren. Den **Käse** fein reiben.



### 6. Pasta fertigstellen

Die **Pasta** kräftig mit Pfeffer abschmecken und ggf. nachsalzen. Kurz vor dem Servieren ca. **2/3 des Käses** unterheben. Den **Rucola** mit dem **Dressing** vermengen. Die **Pasta** mit dem **Rucola** anrichten und mit dem **restlichen Käse** garniert servieren.