



Penne mit vegetarischem Hähnchen

und Walnuss-Basilikum-Pesto



ca. 20min



2 Portionen

Mehr Zutaten, mehr Genuss: Mit diesem XXL-Rezept erhältst du Zutaten für zwei Portionen statt einer. Ideal, wenn du Besuch hast, gemeinsam kochen möchtest oder dir eine Portion für später aufheben willst. Ein kleiner Aufpreis, der sich doppelt lohnt – flexibel, praktisch und richtig lecker.

Was du von uns bekommst

- 200g Bio-Penne ¹
- 25g Walnusskerne ⁴
- 10g Basilikum
- 1 Pck. Hartkäse, gehobelt ²
- 250g Kirschtomaten
- 1 Pck. vegane Hähnchenschnetzel ³

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf
- große Pfanne
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Messbecher
- Sieb

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

Allergene

Enthält: **Gluten** (1), **Milch** (2), **Sojabohnen** (3), **Schalenfrüchte** (4).

Kann Spuren enthalten von: Eier, Senf

Nährwertangaben pro Portion

Energie 799kcal, Fett 35.6g,
Kohlenhydrate 79.8g, Eiweiß 31.8g



1. Walnüsse anrösten

In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Die **Walnüsse** in einer großen Pfanne bei mittlerer Hitze ohne Zugabe von Fett 1-2Min. anrösten. **Vorsicht**, sie können schnell zu dunkel werden. Zum Abkühlen auf einem Teller beiseitestellen, die Pfanne aufbewahren.



4. „Hähnchen“ braten

Das „**Hähnchen**“ in der Pfanne mit 1EL Olivenöl bei starker Hitze 2-3Min. scharf anbraten. Dann die **Tomaten** dazugeben und 1-2Min. bei mittlerer Hitze mitbraten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



2. Pesto zubereiten

Das **Basilikum samt Stängeln** grob schneiden und in ein hohes Gefäß geben. Die **½ des Käses, ¾ der Walnüsse** und 2EL Olivenöl zu dem **Basilikum** geben und alles mit einem Stabmixer zu einem cremigen **Pesto** pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



5. Pasta fertigstellen

Die **Pasta** mit dem **Pesto** und **Pastawasser** vermengen, nach Bedarf noch etwas mehr Wasser hinzufügen.



3. Tomaten schneiden

Die **Tomaten** halbieren. Die **Pasta** in das kochende Wasser geben und in 7-9Min. bissfest kochen. Mit einem Messbecher ca. **100ml Pastawasser** abschöpfen, dann die **Pasta** in ein Sieb abgießen, zurück in den Topf geben und warm halten.



6. Anrichten und servieren

Das „**Hähnchen**“ und die **Tomaten** auf der **Pasta** anrichten, mit dem **restlichen Käse** und den **restlichen Walnüssen** garnieren und servieren.