



Knuspriges Hähnchenschnitzel

auf cremigem Mais-Zucchini-Orzotto



ca. 30min



3 Portionen

Im Italienischen bedeutet das Wort „Orzo“ Gerste, während in anderen Teilen der Welt die reisförmige Pastasorte Risoni damit gemeint ist. Das Gericht ist jedoch gerstenfrei, man könnte also auch von einem „Risoniotto“ sprechen. Wie man es auch nennt, lecker ist es auf jeden Fall! Die Pasta wird mit Mais und Zucchini verfeinert und mit saftig-krosem Hähnchenschnitzel gekrönt. Ein Schmaus für Groß und Klein!

Was du von uns bekommst

- 400g Risoni ²
- 1 Zwiebel
- 1 kleine Dose Mais
- 1 Pck. Knoblauch-Kräuter-Gewürzmischung
- 2 Zucchini
- 2 Pck. Hartkäse, gehobelt ³
- 4 panierte Hähnchenschnitzel, vorgegart ^{1,2,3}

Was du zu Hause benötigst

- 1EL Butter ³
- Pflanzenöl
- Salz

Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf
- mittelgroße Pfanne mit Deckel
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Messbecher
- Sieb

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

Allergene

Enthält: **Eier** (1), **Gluten** (2), **Milch** (3).

Kann Spuren enthalten von: Sellerie, Senf, Erdnüsse, Sesamsamen, Sojabohnen, Schwefeldioxid und Sulphite

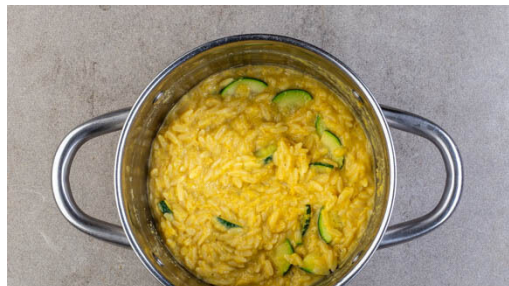
Nährwertangaben pro Portion

Energie 1096kcal, Fett 36.8g, Kohlenhydrate 141.8g, Eiweiß 46.4g



1. Pasta kochen

In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. **300g Pasta** in das kochende Wasser geben und in 10-12Min. bissfest kochen. In ein Sieb abgießen und abtropfen lassen, dabei etwas **Pastawasser** abschöpfen, dann wieder in den Topf geben. In der Zwischenzeit die **½ der Zwiebel** schälen und fein würfeln.



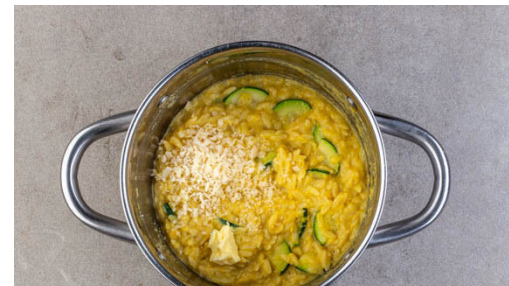
4. Pasta verfeinern

Die **Mais-Sauce** und die **Zucchini** in den Topf geben und mit der **Pasta** vermengen. **Tipp:** Die **Zucchini** kann auch separat serviert werden.



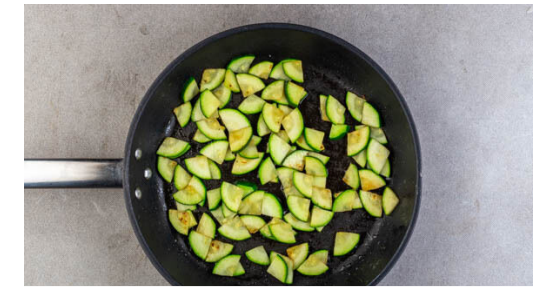
2. Sauce zubereiten

½EL Butter in einer mittelgroßen Pfanne bei mittlerer Hitze schmelzen lassen, dann die **Zwiebeln** in ca. 5Min. weich anschwitzen. Den **Mais samt Flüssigkeit** und **1TL Gewürzmischung** hinzufügen und abgedeckt ca. 5Min. köcheln lassen. Die **Mais-Zwiebel-Mischung** und 100ml Wasser in ein hohes Gefäß geben und zu einer glatten, cremigen **Masse** pürieren.



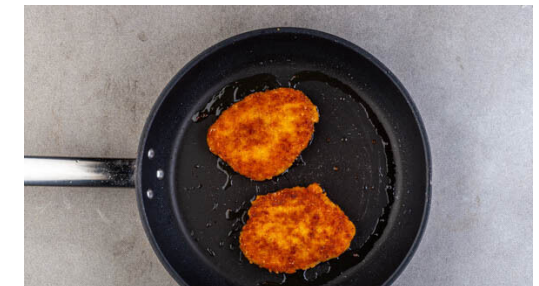
5. Pasta fertigstellen

Den **Käse** grob hacken, dann mit ½EL Butter unter die **Pasta** rühren. Je nach gewünschter Konsistenz ggf. **Pastawasser** hinzufügen. Mit Salz abschmecken.



3. Zucchini braten

Die **Zucchini** längs vierteln und in dünne Scheiben schneiden. Dann in der Pfanne mit 1EL Pflanzenöl bei mittlerer bis starker Hitze in 3-4Min. knackig-zart und bräunlich anbraten. Mit Salz abschmecken.



6. Fleisch braten

Die Pfanne abwischen, dann so viel Pflanzenöl bei mittlerer Hitze erwärmen, dass das **Fleisch** zur Hälfte bedeckt ist. Das **Fleisch** im heißen Öl auf jeder Seite ca. 3Min. braten, bis es goldbraun und gar ist. Auf etwas Küchenpapier abtropfen lassen, dann in Tranchen schneiden. Das **Mais-Zucchini-Orzotto** mit dem **Fleisch** anrichten und servieren.