MARLEY SPOON



Penne mit vegetarischem Hähnchen

und Walnuss-Basilikum-Pesto

ca. 20min 2 Portionen

Heute findet zusammen, was zusammengehört: zarte Hähnchenwürfel und fruchtige Kirschtomaten, leckere italienische Pasta und ein selbst gemachtes Pesto aus frischem Basilikum, gerösteten Walnüssen und gehobeltem Käse – lasst es euch schmecken!

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 [1,3]

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 917kcal, Fett 47.0g, Kohlenhydrate 85.5g, Eiweiß 34.9g



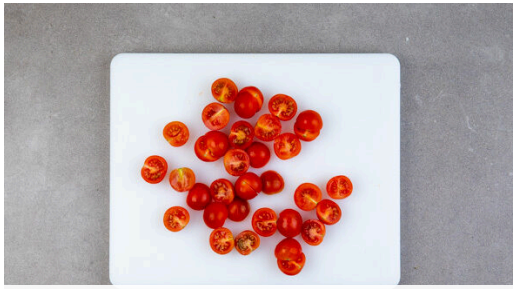
1. Walnüsse anrösten

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.



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.



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.



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.



5. Pasta fertigstellen

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



6. Anrichten und servieren

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