MARLEY SPOON



Hähnchenpasta mit Zucchini

mit Tomaten und würzigem Käse

ca. 20min 2 Portionen

Es gibt mal wieder Pasta, und zwar schööön bunt mit geriebener Zucchini und gewürfelten Tomaten. Zum leckeren Gemüse gesellt sich auch noch ein goldbraun gebratenes Stück saftiges Hähnchen. Davon muss man jetzt nur noch ein bisschen abschneiden, die Spaghetti mit Gemüse auf eine Gabel drehen und alles zusammen genießen. Guten Appetit!

Was du von uns bekommst

- 200g Bio-Spaghetti [1]
- 1 Zucchini
- 1 Pck. Hartkäse, gehobelt [2]
- 2 Tomaten
- 1 Knoblauchzehe
- 1 unbehandelte Zitrone
- 1 Pck. Knoblauch-Kräuter-Gewürzmischung
- 1 Hähnchenbrustfilet

Was du zu Hause benötigst

- 1½EL Butter [2]
- 1EL Weizenmehl [1]
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf
- mittelgroße Pfanne
- große Pfanne
- Fleischklopfer
- Frischhaltefolie
- Messbecher
- Küchenreibe
- Zitruspresse
- Sieb

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

Allergene
Enthält: **Gluten** (1), **Milch** (2).

Kann Spuren enthalten von: Eier, Senf, Erdnüsse, Sesamsamen, Sojabohnen, Schalenfrüchte

Nährwertangaben pro Portion
Energie 796kcal, Fett 29.3g, Kohlenhydrate 88.5g, Eiweiß 46.5g



1. Zutaten vorbereiten

In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Die **Zucchini** grob reiben. Den **Käse** fein hacken. Die **Tomaten** in ca. 2cm große Würfel schneiden, dabei den Strunk entfernen. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. Die **Zitrone** halbieren und **eine Hälfte** auspressen, die **andere Hälfte** in Spalten schneiden.



2. Pasta kochen

Die **Pasta** in das kochende Wasser geben und in 7–9Min. bissfest kochen. Ca. **150ml Pastawasser** abschöpfen, dann die **Pasta** in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.



3. Zucchini braten

Die **Zucchini** in einer großen Pfanne mit 1EL Butter bei mittlerer Hitze ca. 1Min. anbraten.



4. Sauce zubereiten

Die **Tomaten**, den **Knoblauch** und die **Gewürzmischung** in die Pfanne geben und ca. 4Min. mitbraten. **75ml Pastawasser** und den **Zitronensaft** einrühren, die Hitze erhöhen und alles köcheln lassen, bis die **Sauce** eindickt. Die **Pasta** untermengen und kräftig mit Salz und Pfeffer würzen, ggf. mehr **Pastawasser** zugeben.



5. Fleisch vorbereiten

Das **Fleisch** trocken tupfen und horizontal halbieren. Von beiden Seiten mit Frischhaltefolie bedecken und mit einem Fleischklopfer zu 3–5mm dünnen **Schnitzeln** klopfen. Die **Schnitzel** mit je 1 Prise Salz und Pfeffer würzen und in insgesamt 1EL Mehl wenden.



6. Schnitzel braten

Die **Schnitzel** in einer mittelgroßen Pfanne mit 2EL Olivenöl bei mittlerer bis starker Hitze von jeder Seite ca. 2Min. anbraten, nach dem Wenden ½EL Butter zugeben. Die **Schnitzel** auf der **Pasta** anrichten, mit dem **Käse** bestreuen und mit den **Zitronenspalten** servieren.

Verzichte auf gedruckte Rezepte – ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**
Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. **#marleyspooning**