



## Hähnchen im Speckmantel

auf Pasta mit Pesto, Zucchini und Tomate



30-40min



2 Personen

Fleischliebhaber aufgepasst: Das zarte Hähnchenfleisch wird mit Speck ummantelt im Ofen gegart - da läuft einem das Wasser schon beim Kochen im Munde zusammen. Dazu gibt es feine Pasta mit einem würzigen Spinat-Petersilien-Pesto, natürlich mit Käse, das mit frischen Tomatenwürfeln und gebackener Zucchini das Pastaglück vervollständigt. Lasst es euch schmecken!



- 1 Packung Hähnchenbrustfilet
- 250g Tagliatelle <sup>1</sup>
- 10g Petersilie
- 1 Stückchen Hartkäse <sup>3,7</sup>
- 1 Tomate
- 100g Babyspinat
- 1 Zucchini
- 1 Packung Baconscheiben

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- mittelgroßer Topf mit Deckel
- mittelgroße Pfanne
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Küchenreibe
- Sieb
- Zahnstocher

## Allergene

### Nährwertangaben pro Portion

Energie 934kcal, Fett 33.8g,  
Kohlenhydrate 98.3g, Eiweiß 56.3g



Den Backofen auf 210°C (190°C Umluft) vorheizen. Das **Fleisch** trocken tupfen und der Länge nach halbieren, dann mit den **Baconscheiben** leicht überlappend einwickeln und ggf. mit Zahnstochern fixieren.



Die **Pasta** in das kochende Wasser geben und in 7-9Min. bissfest kochen. Mit einer Tasse etwas **Pastawasser** abschöpfen und beiseitestellen. Die **Pasta** in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen, dann zurück in den Topf geben und abgedeckt warm halten.



In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Die **Zucchini** längs halbieren und in dünne Scheiben schneiden. Die **Tomate** halbieren und in kleine Würfel schneiden.



Den **Käse** fein reiben. Die **Petersilie samt Stängeln** grob hacken. Den **Spinat** mit dem **Käse**, ca. **3/4 der Petersilie**, 2EL Olivenöl, 1TL Essig, 4-5EL Wasser und 1/2TL Salz in einem hohen Gefäß zu einem glatten **Pesto** pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



Die **Hähnchen-Bacon-Rollen** in einer mittelgroßen Pfanne mit 1TL Olivenöl bei mittlerer Hitze rundum ca. 2Min. knusprig anbraten. Anschließend mit den **Zucchini** auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben und 6-8Min. im Ofen garen, bis das **Fleisch** durch ist. Je nach Dicke des **Fleisches** kann die Garzeit variieren.



Die **Pasta**, die **Tomatenwürfel** und die **Zucchini** mit dem **Pesto** vermengen, dabei nach Bedarf etwas **Pastawasser** hinzugeben, bis alles gut vermischt ist. Ggf. die Zahnstocher entfernen und die **Hähnchen-Bacon-Rollen** schräg in ca. 1cm dicke Scheiben schneiden. Das **Fleisch** auf der **Pasta** anrichten und mit der **restlichen Petersilie** garniert servieren.