



Zucchini-Hähnchen-Pasta mit Mais

in cremiger Schnittlauchsauce



ca. 25min



3-4 Personen

Es gibt Nudelrezepte, die gehören im Nu genauso zu unserem Wochentagsprogramm wie unsere Lieblingsserien. Nicht nur, weil sie so mühelos zubereitet sind, sondern weil die Stars auf dem Teller genauso gut zusammenpassen wie Batman und Robin. Unsere Heros sind heute kross gebratenes Hähnchen und Mais, die ihre Superkräfte erst in Kombination mit einer pffrigen, cremigen Schnittlauchsauce so richtig entfalten können. Und Action!

- 500g Penne ¹
- 2 Zucchini
- 2 Knoblauchzehen
- 40g Schnittlauch
- 1 Dose Mais
- 2 Packungen gewürfelte Hähnchenbrust
- 1 Päckchen edelsüßes Paprikapulver
- 2 Becher Crème fraîche ⁷
- 1 Päckchen Hühnerbrühwürstchen
- 2 Stück italienischer Hartkäse ⁷

- Salz
- Olivenöl

- Backofen
- 2 Backbleche und Backpapier
- großer Topf
- große Pfanne
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Messbecher
- Küchenreibe
- Sieb

Allergene
Gluten (1), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Energie 1035kcal, Fett 43.2g,
Kohlenhydrate 107.2g, Eiweiß 50.9g



Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. In einem großen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Die **Zucchini** der Länge nach halbieren und quer in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Den **Knoblauch** schälen und grob würfeln. Den **Schnittlauch** grob schneiden. Den **Mais** in ein Sieb gießen und abtropfen lassen.



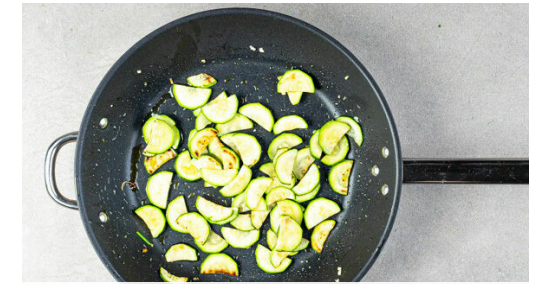
Die **Pasta** in das kochende Wasser geben und in 7-9Min. bissfest kochen. Mit einem Messbecher **200ml Pastawasser** abschöpfen, dann die **Pasta** in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.



Das **Fleisch** trocken tupfen und mit der **1/2 des Paprikapulvers**, 2EL Olivenöl sowie 2 kräftigen Prisen Salz auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech vermengen. Die **1/2 des Mais** mit 2EL Olivenöl und 2 kräftigen Prisen Salz auf einem zweiten mit Backpapier ausgelegten Blech vermengen und alles in 13-15Min. goldbraun backen. Nach der Hälfte der Zeit die Position der Bleche tauschen.



Die **Crème fraîche**, das **Brühgewürz**, das **restliche Paprikapulver**, den **restlichen Mais**, die **1/2 des Schnittlauchs** und 200ml Wasser (nicht das **Pastawasser**!) in einem hohen Gefäß mit einem Stabmixer zu einer cremigen **Sauce** pürieren. Den **Käse** fein reiben.



Die **Zucchini** unter gelegentlichem Rühren in einer großen Pfanne mit 2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze in ca. 6Min. goldbraun anbraten. Den **Knoblauch** und 1 kräftige Prise Salz hinzugeben und ca. 1Min. mitbraten.



Die **Pasta** und die **Sauce** mit **100-150ml Pastawasser** zu der **Zucchini** geben und bei mittlerer bis starker Hitze ca. 1Min unter Rühren erwärmen. Die **Pasta** auf Teller verteilen, das **Fleisch** und den **Mais** darauf anrichten und mit dem **Käse** und dem **Schnittlauch** garniert servieren.