



All-In-One-Pasta mit getrockneten Tomaten & Hähnchenbrust

Zutaten für 4 Personen:

1 Hähnchenbrustfilet (ca. 400 g)
100 g getrocknete Tomaten in Öl eingelegt
500 g gute Nudeln (z.B. Penne von Barilla)
400 ml Sahne
200 ml Milch
600 ml Hühnerbrühe
1-2 EL ital. Kräuter getrocknet
150 g Baby-Spinat (frisch)
2 Knoblauchzehen
1 rote Zwiebel
100 g Parmesan, gerieben
1-2 EL Olivenöl
1 TL Zucker
Salz / Pfeffer



Zubereitung:

Hähnchenbrustfilet waschen, trocken tupfen und in Würfel schneiden. Die Tomaten gut abtropfen lassen und in Streifen schneiden. Die Zwiebel würfeln, den Knoblauch hacken. Hähnchenbrustwürfel in einer hohen, beschichteten Pfanne mit etwas Olivenöl kurz scharf anbraten. Die rohen Nudeln, Tomaten, Sahne, Milch, Brühe, Knoblauch und Zwiebelwürfel zugeben. Alles zusammen mit geschlossenem Deckel ca. 8 Min. bei mittlerer Hitze köcheln lassen. Immer mal wieder umrühren. Spinat, Parmesan + Gewürze zugeben und weitere ca. 4 Min köcheln lassen – die restliche Garzeit ist abhängig von der Nudelsorte.

Tipp:

Die Zubereitung in dieser Form ergibt eine tolle cremige Pasta. Die Zutaten für die Einlage können nach Belieben abgewandelt werden. Die Flüssigkeit (Sahne, Milch, Brühe) in Bezug auf die Nudelmenge sollte beibehalten werden.

Gib kurz vor Ende der Garzeit noch ein paar Scheiben Parmaschinken zerrupft hinzu und toppe die Pasta auf dem Teller mit einem Klecks Ricotta und Parmesanspäne. Willkommen in Bella Italia.

Guten Appetit und gutes Gelingen wünscht LelaLecker eure Küchenfee aus Hohenlohe!

www.lelalecker.de