

DINNERLY



Pasta mit Hähnchen und leckerer Paprikasauce

mit frischem Rucola und Hartkäse



20-30min



2 Portionen

Mit diesem Pasta-Gericht holen wir den italienischen Sommer ins Haus und auf den Teller: Die fruchtige Paprikasauce bleibt an der quirligen Form der Torchiette-Nudeln besonders gut hängen – so wird auch der kleinste Bissen zum großen Genuss! Das zarte Hähnchen und der pfeffrige Rucola ergänzen sich wunderbar und die hauchdünnen Käseblättchen entfalten ihr nussig-herzhaftes Aroma. Na, wenn das nicht la dolce vita ist ...

WAS DU VON UNS BEKOMMST

- 250g Torchiette¹
- 1 rote Paprika
- 1 Packung Hähnchenbrustfilet
- 1 Stück italienischer Hartkäse⁷
- 50g Rucola

WAS DU ZU HAUSE BENÖTIGST

- 1 Knoblauchzehe
- 2EL Mayonnaise³
- 2EL Balsamicoessig¹⁷
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

KÜCHENUTENSILIEN

- mittelgroßer Topf
- große Pfanne
- Sparschäler
- Sieb
- Stabmixer mit hohem Gefäß

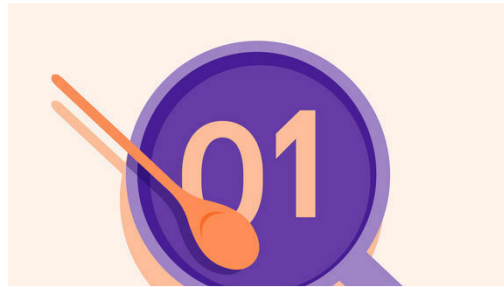
Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

ALLERGENE

Gluten (1), Eier (3), Milch (7), Sulphite (17).
Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

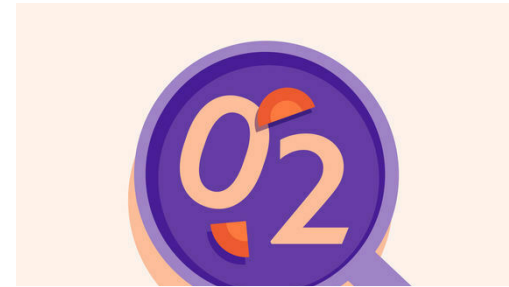
NÄHRWERTANGABEN PRO PORTION

Energie 885kcal, Fett 31.4g, Kohlenhydrate 99.7g, Eiweiß 47.4g



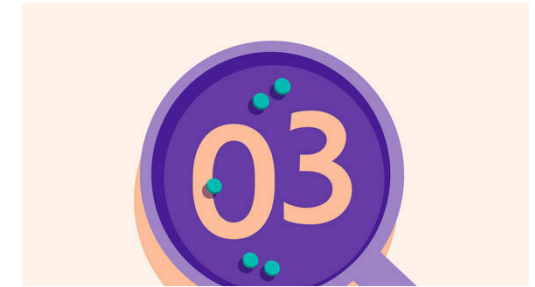
1. Pasta kochen

In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Die **Pasta** in das kochende Wasser geben und in 6–8Min. bissfest kochen. In ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.



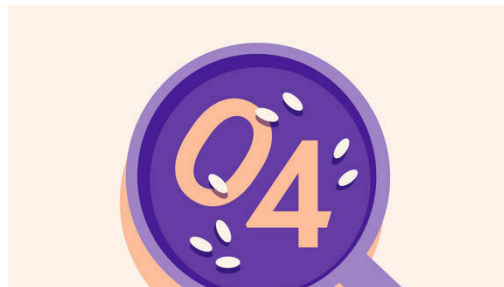
2. Zutaten vorbereiten

Die **Paprika** vierteln, entkernen und in ca. 2cm große Stücke schneiden. 1 Knoblauchzehe schälen und mit einem Messer grob zerdrücken. Die **Paprika** und den Knoblauch mit 1EL Olivenöl und je 1 Prise Salz und Pfeffer vermengen. Das **Fleisch** mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen und horizontal in **2 gleich große Stücke** schneiden. Mit 1EL Olivenöl und je 1 Prise Salz und Pfeffer einreiben.



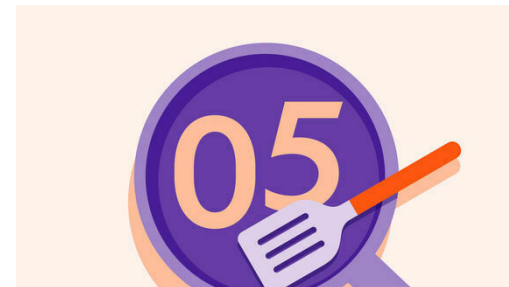
3. Gemüse & Fleisch braten

Die **Paprika** und den Knoblauch in einer großen (Grill-)Pfanne ohne zusätzliches Öl bei starker Hitze 3–4Min. anbraten, bis die **Paprika** weicher wird. Das **Gemüse** aus der Pfanne nehmen, das **Fleisch** hineingeben und von jeder Seite in 3–4Min. goldbraun und gar braten.



4. Sauce zubereiten

Die **1/2 der Paprika** mit dem Knoblauch, 2EL Mayonnaise (oder Joghurt), 2EL Balsamicoessig, 2EL Olivenöl, 3EL Wasser und je 1 Prise Salz und Pfeffer in einem hohen Gefäß zu einer feinen **Sauce** pürieren; ggf. mit Salz und Pfeffer abschmecken.



5. Fertigstellen & servieren


Den **Käse** mit einem Sparschäler in dünne Scheiben schneiden. Die **Pasta** mit der **Sauce**, der **Paprika** und dem **Rucola** vermengen, mit dem **Fleisch** anrichten und mit dem **Käse** bestreut servieren.



6. Picknick-Trick

Dieses Gericht kann auch kalt als Nudelsalat gegessen werden, zum Beispiel als Lunchbox im Büro oder bei einem Grillabend mit Freunden. Dafür das Fleisch in 1–2cm große Stücke schneiden und unterheben. Die Sauce und den Rucola erst kurz vor dem Servieren dazugeben, damit alles schön knackig und aromatisch bleibt. Jetzt kann der Sommer kommen!

Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 311 98 088**

Schau dir das Rezept in deinem Konto auf dinnerly.de an.  **#dinnerly**