Rezept

Bunte Hähnchen-Nudeln

Ein Rezept von Bunte Hähnchen-Nudeln, am 03.05.2024

Zutaten

300 g	Hähnchenbrustfilet
450 g	Süßkartoffeln
2 EL	Olivenöl
	Pfeffer
400 g	kurze Nudeln (z. B. Sputniks, Kochzeit ca. 8 Min.)
1 Bund	Frühlingszwiebeln
6 Zweige	Salbei
	Salz
1 l	Hühnerbrühe
100 g	Gorgonzola

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 685 kcal, 17 g F, 35 g EW, 96 g KH

Zubereitung

1. Das Hähnchenbrustfilet abtupfen und in 2 cm breite Streifen schneiden. Die Frühlingszwiebeln putzen und waschen, weiße Teile in dünne Scheiben, das Grün schräg in 2 cm lange Stücke schneiden. Die Süßkartoffeln waschen und gründlich abbürsten oder schälen, dann in Stifte schneiden, die etwa der Größe der Nudeln entsprechen. Den Salbei waschen, trocken schütteln und grob hacken.

2. Das Öl in einem großen hohen Topf (22-24 cm Ø und 12 cm hoch) erhitzen und die Hähnchenstreifen darin unter gelegentlichem Rühren ca. 2 Min. rundherum goldbraun anbraten. Den Salbei dazugeben, mit Salz und Pfeffer würzen, 30 Sek. weiterbraten, dann herausnehmen und beiseitestellen.

3. Die Brühe in den Topf gießen und zugedeckt bei starker Hitze zum Kochen bringen. Nudeln, Süßkartoffeln und Frühlingszwiebeln dazugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und wieder aufkochen. Die Nudeln offen bei mittlerer bis starker Hitze nach Packungsanweisung plus ein paar Min. bissfest garen. Dabei anfangs gelegentlich, gegen Ende häufig umrühren und dabei löffelweise Wasser dazugeben, wenn die Mischung zu trocken wird.

4. Am Ende der Garzeit das angebratene Hähnchenfleisch mitsamt dem Salbei wieder in den Topf geben, mit den übrigen Zutaten mischen, alles abschmecken und auf Teller verteilen. Den Gorgonzola würfeln und daraufstreuen.