

Rezept

Hähnchen mit Zucchini-Nudeln

Ein Rezept von Hähnchen mit Zucchini-Nudeln, am 28.06.2026

Zutaten

3 Hähnchenbrustfilets (ca. 500 g)	Salz
Pfeffer	250 g Kirschtomaten
75 g grünes Pesto (Glas)	1 Kugel Mozzarella (125 g)
1 Zucchini (ca. 400 g)	250 g Bandnudeln

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion**
Ca. 560 kcal, 20 g F, 44 g EW, 50 g KH

Zubereitung

1. Den Backofen auf 200° vorheizen. Die Filets salzen, pfeffern und in eine Auflaufform legen. Tomaten waschen, trocken tupfen und zwischen den Filets verteilen. Filets mit Pesto bestreichen. Mozzarella in Scheiben schneiden und die Filets belegen. Im heißen Ofen 20-25 Min. backen.
2. Die Nudeln nach Packungsanweisung in Salzwasser garen. Inzwischen die Zucchini waschen, putzen. Mit einem Spiralizer in spaghettiähnliche Nudeln oder mit einem Sparschäler in dünne »Tagliatelle« schneiden. 1-2 Min. bevor die Bandnudeln gar sind, die Zucchini zugeben und mitgaren. Zucchini-Bandnudeln abgießen und zum Pesto-Hähnchen servieren.