

Kräuter-Pasta mit Hähnchen-Brust-Streifen

Für 2 Personen

1 Hähnchenbrustfilet 300 g	300 g Tagliatelle	2 grüne Zucchini
1 gelbe Karotte	6 Cherrytomaten	2 Eier
50 g Parmesan	250 g Schmand	1 Bund glatte Petersilie
1 Bund Zitronenmelisse	1 Bund Basilikum	Olivenöl
Salz	schwarzer Pfeffer	

In einem Topf Salzwasser zum Kochen bringen. Die Tagliatelle darin gar kochen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Hähnchenbrust waschen, trocken tupfen, plattieren und in Streifen schneiden. Die Streifen von beiden Seiten anbraten und aus der Pfanne nehmen. In einer Pfanne etwas Olivenöl erhitzen. Die beiden Zucchini waschen, das Kerngehäuse entfernen und in Streifen schneiden. Die Karotte schälen, waschen und in Würfel schneiden. Die Zucchini- und Karottenstücke anschwitzen. Die Tomaten ebenfalls waschen, vierteln und den Strunk entfernen. Die Petersilie, die Zitronenmelisse und den Basilikum waschen, zupfen, hacken und zusammen mit dem Schmand und den Eiern in ein hohes Gefäß geben. Dazu 100 Milliliter des Nudelwassers geben und mit dem Pürierstab mixen. Die Tomaten in die Pfanne mit den Zucchini-Stückchen geben und kurz anschwitzen. Nun die Hähnchenstreifen und einen Schluck Nudelwasser hinzugeben. Die Nudeln abgießen und noch feucht in die Pfanne geben. Den Schmand-Kräuter-Mix darüber geben und alles gut durchmischen. Nach Geschmack mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Kräuter-Pasta auf einem Teller anrichten. Den Parmesan darüber reiben und servieren.

Norbert Paul am 26. Januar 2012