

Chicken alfredo

Für 4 Portionen

400 g Hähnchenbrustfilets	Salz, Pfeffer	1 Knoblauchzehe
400 g Linguine	2 EL Olivenöl	1 EL Butter
200 ml Sahne	150 ml Milch	80 g Parmesan
1 TL Zitronensaft	Muskatnuss	10 g Petersilie

Das Hähnchenbrustfilet trocken tupfen, salzen, pfeffern und in Streifen schneiden. Den Knoblauch schälen und fein hacken.

Die Nudeln in reichlich Salzwasser nach Packungsanweisung bissfest garen.

Währenddessen das Öl in einer großen Pfanne auf mittlerer bis hoher Stufe erhitzen. Das Fleisch darin 5-7 Minuten rundherum goldbraun braten, dann herausnehmen und beiseitestellen.

In der gleichenb Pfanne bei mittlerer Hitze die Butter erhitzen und den Knoblauch kurz darin anschwitzen, aber nicht bräunen (sonst wird er bitter).

Mit Sahne und Milch ablöschen, aufkochen und bei mittlerer Hitze 3-4 Minuten leicht einkochen lassen.

Den Parmesan einrühren, bis eine cremige Soße entsteht. Mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft und Muskat abschmecken.

Die Hähnchenstreifen zurück in die Pfanne geben und kurz in der Soße erwärmen. Die Petersilie abbrausen, trocken tupfen, die Blätter von den Stielen zupfen und hacken.

Die Linguine abgießen, zur Soße in die Pfanne geben und alles gut vermengen. Auf Tellern anrichten und mit Petersilie bestreut servieren.

NN am 11. Juni 2026