

PASTA MIT HÄHNCHEN UND BROKKOLI IN SENF-SAHNE SAUCE

PASTA MIT HÄHNCHEN UND BROKKOLI IN SENF-SAHNE SAUCE

Hähnchen und Brokkoli sind so einfach so ein absoluter all-time-favorite wenn es mal ein ganz unkompliziertes Abendessen geben soll - in dieser Variante sind die beiden in einer super leckeren Senf-Sahne Sauce gebadet worden und am Ende in einen großen Topf Pasta gesprungen. Eine absolut geniale Kombination, die Sauce ist der von Chelsea Winters Hackbällchen in *Homemade Happiness** ganz ähnlich und ein cremiger Traum. Erfreulicherweise ist diese Pasta mit Hähnchen und Brokkoli in Senf-Sahnesauce auch noch relativ schnell gemacht, Herz was willst du mehr?!



ZUTATEN FÜR 2-3 PERSONEN:

200g Hähnchenbrustfilet

1 kleine, rote Zwiebel

Rapsöl

Pfeffer & Salz

150g Brokkoli

200g Spirelli Nudeln

25g Butter

1 EL Mehl

2 Knoblauchzehen

500ml Hühnerbrühe

100g Schlagsahne

2 TL Dijonsenf

Abrieb von 1 Zitrone + 1 Spritzer Zitronensaft

ZUBEREITUNG:

Das Hähnchen in mundgerechte Stücke würfeln. Die Zwiebel schälen und in sehr feine Würfel schneiden. In einer großen Pfanne das Öl erhitzen und die Hähnchenwürfel rundum scharf anbraten. Die Zwiebelwürfel dazu geben und die Hitze reduzieren um die Zwiebel sanft anzuschwitzen. Mit Pfeffer und Salz würzen und das Fleisch auf einem extra Teller beiseite stellen.

Die Butter in der Pfanne schmelzen und den Knoblauch darin anschwitzen. Das Mehl dazu geben und gold-gelb anrösten. Langsam die Hühnerbrühe einrühren damit keine Klumpen entstehen. Die Sahne und den Zitronenabrieb dazu geben, alles kurz aufkochen und dann die Sauce auf die Hälfte reduzieren. Die Brokkoliröschen dazu geben, den Deckel auf die Pfanne legen und den Brokkoli gar köcheln. Einen Topf Salzwasser für die Pasta zum kochen bringen und die Spirelli darin al dente garen.



Die Nudeln abgießen und zurück in den Topf geben. Das Fleisch zurück in die Pfanne geben und alles mit Senf, einem Spritzer Zitronensaft, Pfeffer und Salz abschmecken.



Die Hälfte der Sauce mit den Nudeln vermischen und auf passende Teller verteilen. Die restliche Sauce über den Nudeln verteilen und die Pasta mit Hähnchen und Brokkoli in Senf-Sahnesauce sofort servieren.



Diese Pasta schmeckt sowohl im Sommer als auch im Winter.

Lasst es euch schmecken!

