

Fettuccine mit Hähnchengeschnetzeltem in käsiger Sahnesoße mit Babygrünkohl

Family **extra schnell** 15 – 25 Minuten • 897 kcal • Tag 3 kochen

29



-  Hähnchengeschnetzeltes, mariniert
-  Baby-Grünkohl
-  Fettuccine
-  Gewürzmischung „Hello Buon Appetito“
-  Kochsahne
-  Hühnerbrühe
-  Knoblauchzehe
-  Hartkäse ital. Art, gerieben

GESTALTE DEIN PERFEKTES WEIHNACHTSMENÜ



ZUR AUSWAHL



Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab.

*Basiszutaten aus Deiner Küche

Salz*, Pfeffer*, Öl*, Butter*, Wasser*

Kochutensilien

1 Knoblauchpresse, 1 große Pfanne, 1 großer Topf, 1 Messbecher und 1 Sieb

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Hähnchengeschnetzeltes, mariniert	250 g	375 g	500 g
Baby-Grünkohl	100 g	150 g	200 g
Fettuccine (15)	270 g	360 g	500 g
Gewürzmischung „Hello Buon Appetito“	4 g	6 g	8 g
Kochsahne (7)	150 g	225 g**	300 g
Hühnerbrühe	4 g	6 g	8 g
Knoblauchzehe (ES)	1	2	2
Hartkäse ital. Art, gerieben (7) (8)	20 g	40 g	40 g

**Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig

Durchschnittliche Nährwerte pro

(Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)

	100 g	Portion (ca. 410 g)
Brennwert	913 kJ/218 kcal	3753 kJ/897 kcal
Fett	6,7 g	27,6 g
– davon ges. Fettsäuren	3,6 g	14,7 g
Kohlenhydrate	25,4 g	104,5 g
– davon Zucker	2,4 g	10 g
Eiweiß	13,5 g	55,4 g
Salz	1,04 g	4,26 g

Bitte beachte, dass die Nährwertangaben auf der Rezeptkarte aufgrund natürlicher Schwankungen und kurzfristiger Produktänderungen abweichen können. Maßgeblich sind allein die Nährwertinformationen auf den Produktverpackungen.

Allergene: (7) Milch (einschließlich Laktose) (8) Eier (15) Weizen

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

Ursprungsländer: ES: Spanien



1 Nudeln kochen

Erhitze reichlich **Wasser** im Wasserkocher.

Reichlich heißes **Wasser*** in einen großen Topf füllen, **salzen***, einmal aufkochen lassen und darin die **Fettuccine** für 12 Min. bissfest garen.

Währenddessen mit dem Rezept fortfahren.



2 Hähnchen anbraten

In einer großen Pfanne 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** erhitzen und darin das **Hähnchengeschnetzelte** 2 – 3 Min. rundum anbraten. **Hähnchengeschnetzeltes** mit **Salz*** und **Pfeffer*** würzen und aus der Pfanne nehmen.



3 Soße ansetzen

Mit einem Messbecher 100 ml [150 ml | 200 ml] **Pastawasser*** abmessen.

In der großen Pfanne aus Schritt 2 bei mittelhoher Hitze **Sahne**, **Hühnerbrühpulver**, „**Hello Buon Appetito**“, **Pastawasser** und 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Butter*** verrühren. **Knoblauch** dazu pressen und die **Soße** für 2 – 3 Min. einkochen lassen.



4 Soße vollenden

Baby-Grünkohl etwas kleiner schneiden, in die Pfanne geben und zusammenfallen lassen.

Pfanne von der Hitze nehmen und die Hälfte des **Hartkäses** einrühren. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.

Hähnchengeschnetzeltes zurück in die Pfanne geben und ggfs. warmhalten.



5 Fertigstellen

Nudeln nach der Garzeit durch ein Sieb abgießen, sofort in die Pfanne geben und gut vermengen, sodass alle **Nudeln** mit **Soße** bedeckt sind.



6 Anrichten

Nudeln auf Teller verteilen und mit einer Prise **Pfeffer*** und restlichem **Hartkäse** toppen.

Guten Appetit!

Für mehr Essensfreu(n)de:

Lade Deine Freunde jetzt mit einem frischen Einstiegsrabatt von mind. 54,99 € ein!
<http://www.hellofresh.de/freunde>

