

Fettuccine mit Trüffelöl und extra Hähnchenbrust Baby-Kräuterseitlingen und Austernpilzen

25 – 35 Minuten • 4422 kJ/1057 kcal • Tag 3 kochen

11

HELLO EXTRA



Fettuccine



Austernpilze



Petersilie



Knoblauchzehe



geriebener Hartkäse



Gemüsebrühe



Panko-Mehl



Baby-Kräuterseitlinge



Kochsahne



Trüffelöl



Hähnchenbrust



Zitrone, gewachst



- Ohne künstliche Farbstoffe
- Ohne künstliche Aromen
- Ohne hinzugefügte Glutamate

Gut im Haus zu haben

Pfeffer*, Salz*, Öl*, Wasser*

Los geht's

Wasche Gemüse, Kräuter ab und tupfe das Fleisch mit Küchenpapier trocken.

Erhitze reichlich Wasser im Wasserkocher.

Heize den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze (200 °C Umluft) vor.

Was Du benötigst

1 großen Topf mit Deckel, 1 große Pfanne, 1 hohes Rührgefäß, 1 kleine Schüssel, 1 Sieb und 1 Auflaufform

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Fettuccine 1)	270 g	360 g	500 g
Austernpilze	100 g	150 g	200 g
Petersilie	10 g	10 g	10 g
Knoblauchzehe ES	1	1	2
geriebener Hartkäse 2) 5)	20 g	40 g	40 g
Gemüsebrühe 3)	4 g	6 g	8 g
Panko-Mehl 1)	30 g	30 g	50 g
Baby-Kräuterseitlinge	150 g	200 g	300 g
Kochsahne 5)	200 g	300 g**	400 g
Trüffelöl			
Hähnchenbrust	250 g	375 g	500 g
Zitrone, gewachst UY RS ES AR TR	1	1	1
Wasser*, Öl*	Angaben im Text		
Salz*, Pfeffer*	nach Geschmack		

*Gut, im Haus zu haben

**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. 630 g)
Brennwert	703 kJ/168 kcal	4422 kJ/1057 kcal
Fett	5,77 g	36,31 g
– davon ges. Fettsäuren	2,42 g	15,25 g
Kohlenhydrate	18,70 g	117,62 g
– davon Zucker	1,71 g	10,78 g
Eiweiß	9,68 g	60,90 g
Salz	0,311 g	1,957 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: **1)** Glutenhaltiges Getreide (Weizen) oder daraus hergestellte Erzeugnisse **2)** Eier oder Eierzeugnisse **3)** Sellerie oder Sellerieerzeugnisse **5)** Milch oder Milderzeugnisse (einschließlich Laktose)

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

Ursprungsländer: **ES:** Spanien **UY:** Uruguay **RS:** Südafrika

AR: Argentinien **TR:** Türkei



Pasta kochen

Einen großen Topf mit dem heißen **Wasser*** füllen, das **Wasser salzen*** und zum Kochen bringen.

Fettuccine darin ca. 12 Min. bissfest, je nach Vorliebe, garen.

Währenddessen mit dem Rezept fortfahren.

In einem hohen Rührgefäß 100 ml [**150 ml | 200 ml**] **Wasser*** mit dem **Gemüsebrühpulver** verrühren.



Pilze braten

In derselben großen Pfanne 1 EL [**1,5 EL | 2 EL**] **Öl*** erhitzen.

Pilze hinzufügen und 3 – 4 Min. scharf anbraten, bis diese anfangen zu bräunen.

Pilze kurz umrühren, gehackten **Knoblauch** hinzugeben und weitere 2 Min. anschwitzen.

Mit **Sahne** ablöschen, vorbereitete **Gemüsebrühe** hineinrühren und alles 1 – 2 Min. einköcheln lassen.

Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.

Kräuterseitlinge

Die Pilze tragen einen weißen Flaum am Stielende. Er entsteht natürlich und ist unbedenklich.



Hähnchenbrust backen

Von der **Zitrone** 2 [**3 | 4**] Scheiben abschneiden.

Die restliche **Zitrone** in Spalten schneiden.

Austernpilze in ca. 1 cm breite Streifen zupfen.

Petersilie abzupfen und fein hacken.

Hähnchenbrustfilets in eine Auflaufform geben und mit **Salz*** und **Pfeffer*** würzen.

Jedes **Filet** mit einer Prise gehackter **Petersilie** bestreuen und einer **Zitronenscheibe** belegen.

Auflaufform mit dem **Fleisch** im Ofen für 16 – 18 Min. backen, bis das **Fleisch** innen nicht mehr rosa ist.

Kräuterseitlinge je nach Größe vierteln oder halbieren.

Knoblauch abziehen und fein hacken.



Pasta zubereiten

Pasta nach der Garzeit in ein Sieb abgießen und mit in die Pfanne geben.

Zusammen mit der restlichen **Petersilie** und geriebenem **Hartkäse** unter die **Pilze** rühren.



Für die Brösel

In einer großen Pfanne 1 EL [**1,5 EL | 2 EL**] **Öl*** langsam erhitzen.

Pankomehl, die Hälfte der restlichen gehackten **Petersilie** und eine Prise **Salz*** dazugeben und alles zusammen ca. 3 Min. anrösten, bis die **Brösel** leicht gebräunt sind.

Fertige **Brösel** aus der Pfanne nehmen und in eine kleine Schüssel füllen. Pfanne auswischen.



Anrichten

Pasta auf Tellern verteilen.

Mit **Hähnchenbrustfilet** toppen, mit **Bröseln** bestreuen und **Trüffelöl** nach Belieben darüberträufeln.

Die restlichen **Zitronenspalten** nach Belieben dazureichen.

Tipp: *Trüffelöl hat ein besonderen Geschmack. Falls Du diese Zutat noch nicht kennst, probiere sie lieber erst einmal aus.*

Guten Appetit!