

Pollo alla Toscana! Cremiges Hähnchengeschnetzeltes auf Rigatoni mit marinierten Kirschtomaten

Family Thermomix kocht • 934 kcal • Tag 3 kochen

34



Rigatoni



Hähnchengeschnetzeltes, mariniert



Hühnerbrühe



Kirschtomaten



Babypinac



Kochsahne



Gewürzmischung „Hello Buon Appetito“



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

Los geht's

Wasche Gemüse ab und tupfe das Fleisch mit Küchenpapier trocken.

Basiszutaten

Öl*, Salz*, Pfeffer*, Balsamicoessig*, Zucker*, Olivenöl*, Wasser*

Kochutensilien

Thermomix®, 1 großer Topf und 1 große Schüssel

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Rigatoni 15	270 g	360 g	500 g
Hähnchengeschnetzeltes, mariniert	250 g	375 g	500 g
Hühnerbrühe	4 g	6 g	8 g
Kirschtomaten	125 g	187,5 g**	250 g
Babypinac	100 g	150 g	200 g
Kochsahne 7	150 g	225 g**	300 g
Gewürzmischung „Hello Buon Appetito“	2 g	3 g**	4 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. 470 g)
Brennwert	840 kJ/201 kcal	3909 kJ/934 kcal
Fett	7,08 g	32,97 g
– davon ges. Fettsäuren	2,38 g	11,06 g
Kohlenhydrate	23,05 g	107,30 g
– davon Zucker	2,92 g	13,58 g
Eiweiß	10,66 g	49,61 g
Salz	0,487 g	2,265 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) **15)** Weizen

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



Rigatoni kochen

In einen großen Topf reichlich **Wasser*** füllen, kräftig **salzen*** und aufkochen. **Pasta** hinzugeben und 10 – 11 Min. bissfest garen.

Währenddessen die **Pasta** kocht, mit der Zubereitung fortfahren.



Für die Soße

Kochsahne, 200 g [250 g | 300 g] **Wasser***, **Hühnerbrühe**, „Hello Buon Appetito“, **Salz*** und **Pfeffer*** in den Mixtopf geben und **6 Min./90 °C/Stufe 1** kochen. Wenn der **Thermomix®** 90 °C erreicht hat, Messbecherdeckel abnehmen und **Spinat** langsam durch die Deckelöffnung auf das laufende Messer zugeben. Messbecherdeckel aufsetzen und zu Ende kochen.

Währenddessen fortfahren.



Tomaten marinieren

Kirschtomaten halbieren. In einer großen Schüssel **Kirschtomaten**, 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Olivenöl***, 1 TL [1,5 TL | 2 TL] **Balsamicoessig***, 1 TL [1,5 TL | 2 TL] **Zucker***, **Salz*** und **Pfeffer*** vermengen und marinieren lassen.



Hähnchen anbraten

Rigatoni durch den Varoma-Behälter abgießen.

In demselben großen Topf 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** erhitzen und **Hähnchengeschnetzeltes** darin 3 – 4 Min. rundherum goldbraun anbraten.



Fertigstellen

Spinatsoße aus dem Mixtopf zum **Hähnchengeschnetzeltes** in den Topf geben und 2 Min. köcheln lassen. **Rigatoni** unterrühren, mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken und 3 - 4 Min. köcheln lassen.



Anrichten

Pasta auf tiefe Teller verteilen und mit marinierten **Tomaten** 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>

