

# DINNERLY



## Spaghetti mit gebratenem Hähnchen in cremiger Mais-Lauch-Sauce



ca. 25min



2 personen

Wenn es um Pastasauce geht, sind Tomaten ganz klar der Klassiker. Aber das muss nicht die einzige Option sein! In diesem Rezept sorgt Mais für ein ganz neues Geschmackserlebnis: Cremig püriert bildet er die perfekte, zarte Grundlage für die würzigen Hähnchenstücke, die sich in der Pasta tummeln. Und bei so viel sonnigem Gelb auf dem Teller kann man ja eigentlich nur gute Laune und großen Hunger bekommen ...



## WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 200g spaghetti <sup>1</sup>
- 250g Italiaanse kipreepjes
- 1 blik maïs
- 1 prei
- 1 blokje Italiaanse kaas <sup>7</sup>

## WAT JE THUIS NODIG HEBT

- teen knoflook
- 1½el boter <sup>7</sup>
- peper en zout
- 15ml olijfolie

## KOOKGEREI

- middelgrote kookpan
- middelgrote koekenpan
- staafmixer met beker
- keukenrasp
- maatbeker
- zeef of vergiet

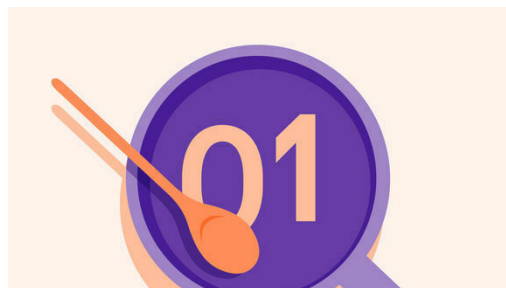
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

## ALLERGENEN

gluten (1), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

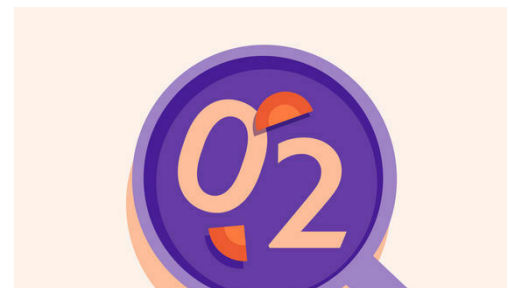
## VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 934kcal, vet 40.0g, koolhydraten 97.0g, eiwit 42.5g



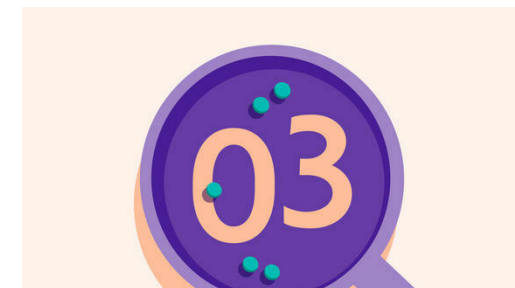
### 1. Nudeln kochen

In een middelgrooten Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Die **Pasta** in das kochende Wasser geben und in 11–13Min. bissfest kochen. **100ml Pastawasser** abschöpfen, dann die **Pasta** in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.



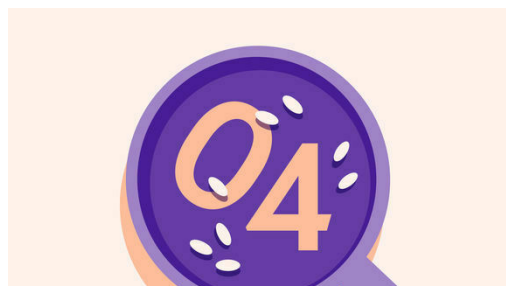
### 2. Fleisch braten

Das **Fleisch** in einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze von allen Seiten ca. 3Min. braten, bis es goldbraun und gar ist, dann aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen. Die Pfanne wird weiterverwendet.



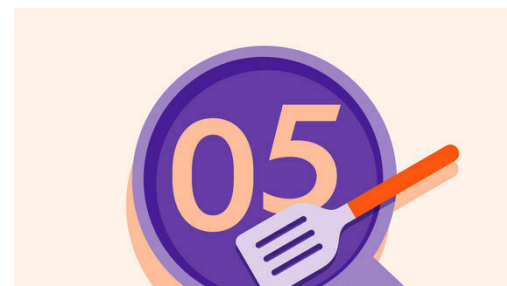
### 3. Zutaten vorbereiten

Den **Mais** in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen. Den **Lauch** längs halbieren und quer in feine Streifen schneiden. 1 Knoblauchzehe schälen und fein würfeln.



### 4. Sauce zubereiten

$\frac{3}{4}$  des **Maises** und den **Lauch** in der Fleischpfanne mit 1½EL Butter bei mittlerer Hitze ca. 5Min. anbraten, den Knoblauch zugeben und ca. 1Min. weiterbraten. Das **Pastawasser** zugießen, die Hitze reduzieren und ca. 5Min. köcheln lassen. Alles in einem hohen Gefäß zu einer cremigen **Sauce** pürieren und zurück in die Pfanne geben.



### 5. Fertigstellen & servieren

Den **restlichen Mais** und die **Pasta** zur **Sauce** in die Pfanne geben und gründlich unterheben. Den **Käse** fein reiben, in die Pfanne geben und untermischen. Die **Pastapfanne** mit Salz und Pfeffer abschmecken, das **Fleisch** darauf anrichten und servieren.



### 6. Cremig dekadent

Unsere Sauce ist ja bereits sehr cremig, aber wer noch mehr davon haben will, der kann gerne etwas Sahne hinzugeben. Wenn niemand am Tisch schwanger ist, gibt es auch noch die italienische Carbonara-Variante: Dazu ein Eigelb mit dem Saft einer halben Zitrone verrühren und vor dem Käse in die Pfanne geben. Die Pfanne sofort vom Herd nehmen und das Eigelb unterrühren, dann den Käse hinzufügen.