

Gemüse-Pfanne mit Hähnchen

Für 2 Portionen

300 g Hähnchenbrustfilet	1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
1 gelbe Paprika	1 Zucchini	150 Champignons
3 EL Olivenöl	100 ml Weißwein	100 g saure Sahne
Pfeffer, Salz	1 EL ital. Kräuter	200 g Penne

Das Hähnchenbrustfilet waschen, trocken tupfen und in Würfel schneiden. Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein würfeln. Paprika entkernen und würfeln. Zucchini würfeln. Champignons putzen und vierteln.

In einer Pfanne das Öl erhitzen. Das Hähnchenbrustfilet darin von allen Seiten durchbraten. Das Hähnchen aus der Pfanne nehmen und die Zwiebeln darin andünsten. Knoblauch hinzugeben und kurz mitdünsten. Paprika, Zucchini und Pilze mitbraten. Mit Weißwein ablöschen.

Saure Sahne unterrühren und mit Pfeffer, Salz und italienischen Kräutern würzen. Das Fleisch unterheben und zugedeckt bei niedriger Stufe 10 Minuten ziehen lassen.

Die Nudeln in kochendem Salzwasser nach Packungsanleitung garen.

Unter die Hähnchen-Gemüsepfanne heben und servieren.

NN am 26. August 2026