

One-Pot-Pasta



Zutaten für 4 Personen

1600 g Hühnerbrust

16 EL Sojasauce

4 Bio-Zitrone

4 Zwiebel

12 Knoblauchzehen

8 Tassen grüne Bohnen

16 Tassen Kirschtomaten

2000 g Pasta (z.B. Penne)

4 Bund Petersilie

4 EL Butter

Salz

Pfeffer

Parmesan

Anleitung

Wetten, dass du noch nie so schnell ein leckeres Pastagericht auf den Tisch gezaubert hast?

One-Pot-Pasta ist der perfekte Bauchwärmer für kalte Winterabende oder für spontanen Besuch.

Und so einfach geht's: Das Fleisch in etwa zwei Zentimeter große Würfel schneiden, in eine Schale geben, und mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft und Sojasauce würzen. In einer Pfanne anbraten und beiseite stellen. Einen Liter Wasser in einem großen Topf zum Kochen bringen, Salz hinzugeben. In der Zwischenzeit Zwiebel und Knoblauch fein hacken, Bohnen und Tomaten waschen und ? je nach

Größe ? halbieren. Nun eure Lieblingsnudeln (Tipp: Kurze Nudeln wie Penne oder Fusilli funktionieren am besten), die Hühnchenwürfel, Zwiebel und Knoblauch ins kochende Wasser geben. Nach der Hälfte der Garzeit, die auf der Pasta-Verpackung angegeben ist, Bohnen und Tomaten zugeben (Tipp: Immer gut rühren, damit nichts anbrennt). Ggf. noch etwas Wasser nachgießen. Kurz vor Ende der Garzeit die gehackte Petersilie und die Butter einrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit geriebenem Parmesan servieren.

Tipp: Natürlich könnt ihr das Rezept nach Belieben verändern und beispielsweise die grünen Bohnen durch anderes Gemüse ersetzen. Und auch ohne Fleisch schmeckt die Pasta super.