

Hähnchen-Spinat-Ragout mit Bandnudeln

Zeit gesamt
35min



Zubereitungszeit 10min





Zutaten

für 4 Portionen	
Blattspinat	400 g
Zwiebeln, gelb	1 St.
Olivenöl	2 EL
Hähnchenbrustfilets	600 g
Basilikum, frisch	40 g
Weißwein, trocken	150 ml
Gemüsebrühe	400 ml
Schlagsahne	200 g
Salz	
Pfeffer, schwarz gemah	len
Speisestärke	1 EL
Bandnudeln	500 g

Zubereitung



Küchenutensilien

großer Topf, Sieb, SILVERCREST Monsieur Cuisine

- 1. Spinat waschen. Zwiebel halbieren und schälen. Im Mixbehälter die Zwiebel 6 Sek./Stufe 6 zerkleinern. Öl zufügen und 5 Min./Stufe 1/100 °C glasig dünsten.
- 2. Inzwischen Hähnchen waschen, trocken tupfen und grob würfeln. Basilikum waschen, trocken schütteln, Blättchen von den Stielen zupfen und grob hacken.
- 3. In den Mixbehälter Wein, Brühe und Sahne geben. Mit Salz, Pfeffer und Basilikum würzen. Hähnchen zugeben und 15 Min./Stufe 1/100 °C garen.
- 4. In den Mixbehälter Spinat geben und 5 Min./Stufe 1/100 °C garen. Währenddessen in einer Schüssel Speisestärke in 2 EL kaltem Wasser auflösen, in den Mixbehälter geben und mit eingesetztem Messbecher 1 Min./Stufe 1/100 °C aufkochen.
- 5. In einem großen Topf ca. 5 I Salzwasser zum Kochen bringen und Bandnudeln darin ca. 9 Min. bissfest garen. In das Sieb abgießen und abtropfen lassen.
- 6. Hähnchen-Spinat-Ragout abschmecken, mit Bandnudeln auf Teller anrichten und servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	886 kcal
Kohlenhydrate	103 g
Eiweiß	51 g
Ballaststoffe	1 g
Fette	25 g