

MARLEY SPOON



Huhn in Polenta-Käse-Kruste

mit Kirschtomaten-Tagliatelle



20-30min



2 Personen

Polenta verlieh schon den alten Römern Kraft und Ausdauer. Traditionell wird Polenta als Brei zubereitet, wir hüllen heute jedoch unser zartes Huhn in eine besonders knusprige Panade aus dem leckeren Maisgrieß. Dazu gibt es Tagliatelle mit einer fruchtigen Kirschtomatensauce. Da werden wir alle zu großen Polenta-Fans!

Was du von uns bekommst

- Hühnerbrust, ohne Haut
- Knoblauchzehe
- Tagliatelle a Nido ¹
- Polenta
- Kirschtomaten in Dose
- Gran Biraghi Hartkaese ⁷
- Gemüsemischung mediterran
- Petersilie, frisch

Was du zu Hause benötigst

- Pflanzenöl
- Salz
- schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

- große Pfanne
- kleiner Kochtopf
- Küchenreibe
- mittelgroßer Kochtopf
- Sieb

Vergiss nicht, dein Gemüse nochmal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

Allergene

Kann Spuren von Allergenen enthalten.

Inhaltsangaben pro Portion

Kalorien 965.0kcal, Fett 29.3g, Eiweiß 48.9g, Kohlenhydrate 124.0g



1. Kruste vorbereiten

Einen mittleren Topf mit 1TL Salz und heißem Wasser zum Kochen bringen. **Käse** fein reiben, dann mit der **Viertel** der **Polenta**, 1EL der **Gewürzmischung** und 1/2TL Salz auf einem kleinen Teller gut vermischen.



4. Fleisch panieren

Inzwischen das **Fleisch** gegen die Faser in ca. 2cm dicke Stücke schneiden. Die **Stücke** von allen Seiten in der **Polentapanade** wenden.



2. Sauce kochen

Den kleinen Topf mit 1TL Öl auf mittlere Stufe erhitzen. **Knoblauch** schälen und fein reiben oder pressen, dann im Topf 30Sek. anbraten. Die **Tomaten** dazugeben und mit der übrigen **Gewürzmischung**, Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Sauce** ca. 7-8Min. bei niedriger Hitze zugedeckt einköcheln lassen.



5. Fleisch braten

Eine große Pfanne mit 2EL Öl auf mittelhohe Stufe erhitzen und das panierte **Fleisch** darin auf jeder Seite ca. 4Min. knusprig braten. Anschließend aus der Pfanne nehmen und evtl. auf einem Küchenpapier abtropfen lassen.



3. Tagliatelle kochen

Sobald das Wasser kocht, die **Tagliatelle** darin ca. 7-8Min. bissfest garkochen. Etwas Pastawasser zu der **Tomatensauce** geben, falls sie zu dickflüssig ist. Danach **Pasta** abgießen und im leeren Topf zugedeckt warm halten.



6. Pasta mischen

Zum Schluss die **Petersilie** ohne Stiele fein hacken. **Sauce** und **Hälfte** der **Petersilie** mit den **Tagliatelle** vermischen, dann die **Pasta** anrichten und die **Hühnerstücke** darauf verteilen, mit der übrigen **Petersilie** bestreuen.