

# MARLEY SPOON



## Huhn in Polenta-Käse-Kruste

mit Kirschtomaten-Tagliatelle



20-30min



4 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

- Gemüse Mischung mediterran
- Petersilie, frisch
- Hühnerbrust, ohne Haut
- Tagliatelle BIO ITALIA <sup>1</sup>
- Kirschtomaten in Dose
- Gran Biraghi Hartkaese <sup>7</sup>
- Polenta
- Knoblauchzehe

## 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 960.0kcal, Fett 25.8g, Eiweiß 48.9g, Kohlenhydrate 129.7g



**1. Kruste vorbereiten**

Einen mittleren Topf mit 1TL Salz und heißem Wasser zum Kochen bringen. **Käse** fein reiben, dann mit der **Hälfte** der **Polenta**, 2EL der **Gewürzmischung** und 1TL 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 1EL 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 3-5EL 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.