



Puten-Lauch-Pfanne

★★★★

Wok- & Pfannengerichte

Vorbereitung 20 min • **Kochen** 20 min • **Portionen** 4 Portionen •

Schwierigkeitsgrad Leicht • **Quelle** malteotten.de

ZUTATEN

600 g Putenbrust, oder
Hähnchenbrust (bzw. Puten- oder
Hähnchenschnitzel)

1 Stange/n Lauch

250 g Makkaroni oder eine andere
Pasta (alternativ auch Baguette, Brot
oder Reis)

250 g Schlagsahne

200 ml Hühnerbrühe, alternativ
Gemüsebrühe

etwas Salz

etwas Paprikapulver, rosenscharf,
alternativ Paprikapulver edelsüß

etwas Cayennepfeffer

n. B. Thymian, frischer, alternativ
auch gerebelter Thymian

100 g Parmesan, frisch gerieben,
alternativ auch eine andere

ZUBEREITUNG

Diese Puten-Lauch-Pfanne schmeckt ausgezeichnet mit Pasta, kann jedoch ebenso mit Baguette, im ausgehöhlten Brotlaib oder mit Reis serviert werden. Die Zubereitung ist einfach und das Ergebnis lecker.

Den Lauch/Porree in Scheiben schneiden. Von den Thymianstielen die Blättchen abzupfen. Das gewaschene und trocken getupfte Fleisch in mundgerechte Stücke zerteilen. Anschließend die Fleischstücke rundherum mit Hähnchengewürz bestreuen.

In einer großen Pfanne das Öl erhitzen und das Fleisch unter gelegentlichem Umrühren scharf anbraten. Den Lauch, die Hühnerbrühe, die Schlagsahne sowie die Hälfte des Thymians dazugeben, alles durchrühren und bei reduzierter Hitze ca. 5 bis 8 Minuten köcheln lassen.

Parallel dazu die Pasta nach Packungsanleitung zubereiten, dann abgießen und mit in die Pfanne geben. Alles mit viel Paprika, weniger Cayennepfeffer und reichlich Salz abschmecken und gründlich vermischen. Optional kann die Sauce auch noch mit Saucenbinder angedickt werden.

Beim Servieren die Portionen mit reichlich Parmesan und Thymian bestreuen.

alternativ auch eine andere
Hartkäsesorte

2 EL Öl

etwas Hähnchengewürz

n. B. Saucenbinder, optional

Viel Spaß beim Kochen - und dann recht guten Appetit!