



Hähnchen-Spinat-Ragout mit Bandnudeln

Zeit gesamt
🕒 35min

Zubereitungszeit
🕒 10min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



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	
Speisestärke	1 EL
Bandnudeln	500 g

Zubereitung



Küchenutensilien

großer Topf, Sieb, 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 l 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