

Linguine Saltimbocca!

Pasta mit Hähnchen, Prosciutto und Salbei

Zeit Sparen 15 Minuten • 3771 kJ/901 kcal • Tag 3 kochen

16



Hähnchengeschnetzeltes



Prosciutto



frische Linguine



Salbei



Kirschtomaten



Kochsahne



Gewürzmischung
„Hello Muskat“



- Ohne künstliche Farbstoffe
- Ohne künstliche Aromen
- Ohne hinzugefügte Glutamate

Gut, im Haus zu haben

Öl*, Salz*, Pfeffer*

Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter und tupfe das Fleisch mit Küchenpapier trocken.

Was Du benötigst

1 großen Topf, 1 große Pfanne, 1 Sieb und Küchenpapier

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Hähnchengeschnetzeltes	250 g	375 g	500 g
Prosciutto	72 g	144 g	144 g
frische Linguine 15)	375 g	500 g	750 g
Salbei	10 g	10 g	10 g
Kirschtomaten	125 g	250 g	250 g
Kochsahne 7)	150 g	225 g**	300 g
Gewürzmischung „Hello Muskat“ 10)	5 g	7,5 g**	10 g
Öl*	Angaben im Text		
Salz*, Pfeffer*	nach Geschmack		

*Gut, im Haus zu haben

**Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig

Durchschnittliche Nährwerte pro

(Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)

	100 g	Portion (ca. 500 g)
Brennwert	755 kJ/180 kcal	3771 kJ/901 kcal
Fett	4,71 g	23,54 g
– davon ges. Fettsäuren	1,99 g	9,92 g
Kohlenhydrate	22,15 g	110,66 g
– davon Zucker	1,95 g	9,72 g
Eiweiß	11,93 g	59,58 g
Salz	0,522 g	2,609 g

Bitte beachte, dass die Nährwertangaben auf der Rezeptkarte aufgrund natürlicher Schwankungen und kurzfristiger Produktänderungen abweichen können. Maßgeblich sind allein die Nährwertinformationen auf den Produktverpackungen.

Allergene: **7)** Milch (einschließlich Laktose) **10)** Sellerie **15)** Weizen

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

Ursprungsländer:

1



2



3



Vorbereitung

Erhitze reichlich **Wasser** im Wasserkocher.

In einen großen Topf reichlich heißes **Wasser** füllen, **salzen*** und aufkochen.

Kirschtomaten halbieren.

Salbeiblätter von den Stängeln abzupfen.

In einer großen Pfanne 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** erhitzen und die **Salbeiblätter** darin für 1 – 2 Min. knusprig anbraten. Aus der Pfanne nehmen und auf Küchenpapier etwas abfetten lassen.

Hähnchen braten

In derselben Pfanne mit dem **Salbei-Öl** das **Hähnchengeschnetzelte** 4 – 5 Min. anbraten, bis es leicht gebräunt ist. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** würzen.

In dem großen Topf **Linguine** für ca. 2 Min. kochen. 50 ml [75 ml | 100 ml] **Kochwasser*** abschöpfen und in die **Hähnchenpfanne** geben. **Linguine** durch ein Sieb abgießen.

Hähnchenpfanne mit **Sahne** und „Hello Muskat“ ablöschten.

Kirschtomaten und **frische Linguine** hinzufügen, alles gut vermengen und für 1 weitere Min. erhitzen. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.

Pasta fertigstellen & anrichten

Pasta auf Teller verteilen.

Prosciutto in mundgerechte Stücke zupfen und **Pasta** damit garnieren.

Salbei über die **Pasta** krümeln.

Guten Appetit!

Für mehr Essensfreu(n)de:
Lade Deine Freunde jetzt mit
einem frischen Einstiegsrabatt von
mind. 54,99 € ein!
<http://www.hellofresh.de/freunde>

