

## Rainer Klutsch Gemüse-Rahmgeschnetzertes mit Nudeln

Donnerstag, 2. April 2020  
Rezept für 4 Personen

**Dauer: 30 Minuten**  
**Schwierigkeitsgrad: leicht**  
**Pasta, Schnelle Küche**

### Zutaten:

etwas	Salz
200 g	Karotten
200 g	Mangold
2	Schalotten
600 g	Hähnchenbrustfilet
etwas	Pfeffer
2 EL	Olivenöl
300 g	feine Bandnudeln
300 ml	Geflügel- oder Gemüsebrühe
80 g	Crème fraîche
1 EL	Butter
½ Bund	glatte Petersilie

### Zubereitung:

1. Für die Nudeln reichlich Salzwasser in einem großen Topf aufkochen.
2. Inzwischen Karotten waschen, schälen und in dünne Scheiben schneiden oder hobeln.
3. Mangold waschen, die Blätter von den Stielen trennen. Die Stiele fein schneiden, die Blätter grob schneiden. Schalotten schälen und fein schneiden.
4. Fleisch kalt abbrausen, trocken tupfen und in Streifen schneiden. Das Fleisch leicht salzen und mit Pfeffer bestreuen.
5. Olivenöl in einer großen beschichteten Pfanne erhitzen. Die Fleischstreifen darin unter Wenden ca. 5 Minuten kräftig anbraten. Dann aus der Pfanne nehmen und zugedeckt kurz warm stellen.
6. Nudeln ins kochende Wasser einstreuen. Unter gelegentlichem Durchrühren bissfest garen.
7. Schalotten, Karotten und Mangoldstiele im Bratfett in der Fleischpfanne kurz anbraten, dann Mangoldblätter zugeben und andünsten.
8. Mit Brühe ablöschen und um die Hälfte einkochen lassen.
9. Crème fraîche unter das Gemüse rühren, einmal kurz aufkochen lassen.
10. Das Fleisch zugeben und untermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
11. Die Nudeln abgießen und gut abtropfen lassen.
12. Butter in einer Pfanne schmelzen, die Nudeln zugeben und alles durchschwenken.
13. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Petersilie unter die Nudeln schwenken.
14. Geschnetzertes und Nudeln anrichten und servieren.

Pro Portion: 700 kcal / 2930 kJ

65 g Kohlenhydrate, 59 g Eiweiß, 22 g Fett

