



cremige Hähnchen Kritharaki Pfanne

cremige Hähnchen Kritharaki Pfanne

350 g Hähnchen

240 g Liakada Kritharaki

0.5 Zwiebel, gewürfelt

2 Knoblauchzehen, fein gehackt

60 g Liakada Tomaten getrocknet in Streifen in Öl

1 Handvoll Blattspinat

400 ml Jürgen Langbein Geflügel-Fond Bio

80 g Frischkäse (oder Sahne)

1 Esslöffel Leverno Bio Tomatenmark

40 g Parmesan

Pfeffer, Salz

1 Teelöffel Oregano, getrocknet

1 Teelöffel getrockneter, Basilikum

Paprikapulver (optional)

1 Teelöffel Djamelà Cajun Gewürzzubereitung

FrISCHE Petersilie oder frischer Basilikum

Gesamtzeit: 30 min

Schwierigkeitsgrad: einfach

Portionen: 2 Personen

cremige Hähnchen Kritharaki Pfanne

1.

Hähnchen in mundgerechte Stücke schneiden. Dann mit Zwiebel und Knoblauch in einer Pfanne anbraten, mit Oregano, Basilikum, (optional Paprikapulver), Cajun Gewürz und Pfeffer würzen.

Anschließend die Kritharaki dazugeben und den Geflügel Fond dazugießen. Die Kritharaki müssen vollständig bedeckt sein, sonst noch mehr Flüssigkeit dazugeben. Dann 10-15 min. köcheln lassen (am besten abgedeckt). Zwischendurch umrühren, damit die Kritharaki nicht am Pfannenboden festkleben.

Danach die getrockneten Tomaten, grob gehackten Spinat, Tomatenmark, Frischkäse und geriebenen Parmesan hinzufügen. Gut umrühren und weitere 2-4 min. köcheln lassen. Nach Belieben mit Pfeffer und Salz abschmecken. Mit frischer Petersilie oder frischem Basilikum servieren.

Eignet sich ideal als Meal Prep.