

1A+1B

Fleisch

## Cremige Penne mit Hähnchen und Champignons



Zubereitungszeit  
15 minuten



Portionen  
Voor 1 persoon

### Zubereitungsart

- 1 Die Penne gemäß der Anleitung auf der Verpackung zubereiten. Die Champignons in Scheiben, das Hähnchenfilet in Stücke schneiden und den Knoblauch pressen. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und den Knoblauch andünsten. Das Hähnchenfilet hinzufügen und rundherum goldbraun braten. Die Champignons hinzufügen und braten bis Hähnchenfilet und Champignons gar sind. Die Kochsahne hinzufügen und mit Pfeffer und Salz würzen. Die Penne durch die Hähnchenmischung rühren und noch ca. 1-2 Minuten erhitzen. Mit Basilikum garnieren.

### Zutaten

- ☐ 1 Beutel PS. food & lifestyle penne
- ☐ 40-50 g Hähnchenfilet
- ☐ 200 g Champignons
- ☐ 2 EL Kochsahne light
- ☐ ½ Knoblauchzehe
- ☐ 1½ EL Olivenöl
- ☐ 1 Zweig frisches Basilikum
- ☐ Pfeffer
- ☐ Salz

### Nährwerte pro Person

|               |          |
|---------------|----------|
| Energie       | 352 kcal |
| Kohlenhydrate | 7 g      |
| Fett          | 19 g     |
| Ballaststoffe | 5 g      |
| Eiweiß        | 35 g     |