

Nudelaufbau mit Brokkoli und Hähnchen



Rezept: 0115

Kategorie:

Quelle:

Liste: 8.9. Aufläufe

Nudel, Huhn, Gemüse,

CookBack

Rezeptbeschreibung

Die Nudeln in einen Topf mit reichlich Salzwasser nach Packungsanleitung al dente garen. Anschließend in einem Sieb abtropfen lassen.

Den Brokkoli waschen, putzen sowie in Röschen teilen. Salzwasser in einem Topf aufkochen lassen und den Brokkoli darin 2-4 Minuten blanchieren. In dieser Zeit die Schalotte und den Knoblauch schälen und fein würfeln. Die Hähnchenbrust abspülen trocken tupfen und ebenfalls in mundgerechte Stücke würfeln. Den Ofen auf 160°C Umluft vorheizen.

In einer ausreichend großen Pfanne einen Esslöffel Olivenöl erhitzen Zwiebel und Knoblauch darin bei mittlerer Hitze anbraten. Dabei darauf achten das nichts zu dunkel wird. Nun die Hähnchenwürfel zugeben und ringsum für 3 bis 4 Minuten anbraten. Dann mit dem Geflügelfond ablöschen und mit Curry, Salz, Pfeffer abschmecken. Das Ganze für 1 Minute durchschwenken und nun die Nudeln hinzugeben, alles gut vermengen und beiseitestellen.

Die Eier in einem Rührbecher aufschlagen und mit der Milch verquirlen. Den Käse reiben und 100 g davon unterrühren. Mit eine wenig Pfeffer und Salz würzen. Eine Auflaufform mit Öl oder Butter einfetten und die Nudel-Gemüse-Fleisch-Mischung hineingeben. Mit der Eier-Käse-Milch übergießen. Den restlichen Käse darüber streuen und den Auflauf im Ofen (mittlerer Schiene) ca. 30 Minuten backen.

Zutatenliste für 4 Personen

200 g Rigatoni
250 g Brokkoli
200 g Hähnchenbrustinnenfilet
150 g Gruyère oder Parmesan
2 Eier, Größe M
1 Schalotte
1 Knoblauchzehe
125 ml Vollmilch
50 Geflügelfond
 $\frac{1}{2}$ TL Currypulver
Olivenöl
Butter
Salz und Pfeffer aus der Mühle