

PASTA ALFREDO MIT HUHN UND GEDÜNSTETEM SPINAT



Zubereitungszeit: 25 Minuten
1 Portion

Zutaten

1 Portion PowerSlim-Penne
40-50 g geräuchertes Hühnchenfilet, gewürfelt
150 g Spinat
20 g Butter, in Streifen geschnitten
50 g fein geriebener Parmesan
frisch gemahlener Pfeffer
Salz

Zubereitung:

Die Penne in reichlich Wasser etwa 15-20 Minuten kochen. Nach etwa 5 bis 10 Minuten ein Metallsieb oder einen mit dem Spinat gefüllten Dämpfkorb auf den Topf legen und den Deckel wieder aufsetzen. Den Spinat etwa 5 Minuten lang dünsten lassen. Erhitze einen Teller (eventuell im Backofen) und lege die Butter in Scheiben darauf. Die Nudeln abgießen und etwa 25 ml der Kochflüssigkeit aufbewahren. Die Nudeln über die Butter auf dem Teller verteilen. Den Parmesankäse darüber streuen und mit der Kochflüssigkeit beträufeln. Mit einem Löffel und einer Gabel die Nudeln mit der Butter und dem Käse vermischen, bis sie geschmolzen sind. Nun den gedünsteten Spinat und die Hähnchenteile untermischen. Mit etwas frisch gemahlenem Salz und Pfeffer abschmecken.