

Nudeln Rezepte

Bandnudeln Mit Hähnchenfleisch

Anzahl: 2 Portionen

Gattung: Geflügel, Broccoli, Hähnchen, Nudel, Teigware

2	Hähnchenkeulen	3	Pfefferkörner
1	Kleine Karotte		Salz
1	Kleine Zwiebel		Pfeffer
50 g	Sellerie		Salbei
1	geh. TL Öl	100 g	Broccoli
2	Essl. Tomatenmark	1	geh. TL Speisestärke
300 ml	Fleischbrühe	150 g	Bandnudeln
2	Wacholderbeeren		

Hähnchenkeulen enthäuten und die Knochen entfernen. Hähnchenfleisch in Stücke schneiden, würzen und in den Kühlschrank stellen. Karotte, Zwiebel, Sellerie waschen und mit den Schalen in grobe Würfel schneiden.

Geflügelknochen und Haut in einem großen Topf mit dem Öl anbraten. Das Gemüse zugeben und kurz mit anbraten. Tomatenmark unterrühren und kräftig anrösten, immer wieder mit etwas Wasser ablöschen. Dabei die Kruste am Topfboden mit einem flachen Holzlöffel lösen. Diesen Vorgang 3-mal wiederholen. Mit Fleischbrühe auffüllen, die Gewürze zufügen und ohne Deckel dreißig Minuten kochen lassen.

In der Zwischenzeit den Broccoli in Röschen schneiden und in wenig Salzwasser kernig garen. Die Soße durch ein Haarsieb streichen, wieder zurück in den Topf geben, ruhen lassen, das Fett abschöpfen und aufbewahren.

Die Soße auf ca. zwei dl einkochen, mit dem in Wasser angerührten Stärkemehl abbinden und abschmecken. Nudeln in Salzwasser garen. Eine beschichtete Pfanne erhitzen, etwas vom abgeschöpftem Fett in die Pfanne geben und das Hähnchenfleisch darin zwei Minuten anbraten.

Den Broccoli zur Soße geben. Die Nudeln abgießen, mit der Soße und dem Hähnchenfleisch servieren.