



## Gebratene Pouletstreifen auf Knoblauch-Paprika-Nudeln

Man kann auch Hühnerbrüstchen verwenden, doch der Schenkel ist das saftigste Stück vom Huhn. Sehr gut geeignet sind ausgebeinte Pouletschenkel, die sich sehr leicht in Streifen schneiden lassen und deren Haut beim Braten schön knusprig wird. Die Fleischstreifen werden mit Salz und Pfeffer gewürzt und kurz frischem Rosmarin in Olivenöl mariniert. Sie werden dann einfach angebraten und auf Nudeln angerichtet. Die Nudeln werden in Vollrahm, gewürzt mit Knoblauch und reichlich Pul biber gewendet.

Pul biber ist türkisches Paprika, das es auch in milden Variationen gibt. Es ist aber eher grob geschrotet, noch leicht feucht und ist von intensivem, fruchtigem Geschmack. Kein Vergleich zu üblichem, getrocknetem Paprika.

### Zutaten (1 Portion)

1 Pouletschenkel ausgebeint, ca. 150g  
1El Olivenöl  
1 Zweig frischer Rosmarin  
Salz und Pfeffer

70g Nudeln  
1dl Vollrahm  
1 Knoblauchzehe  
1,5Tl Pul biber  
Salz

### Zubereitung

Ausgebeinter Pouletschenkel der Länge nach halbieren und quer zu ca. 2cm breiten Streifen schneiden. Ringsum salzen und pfeffern.

Nudeln vom Rosmarinzweig abfieslen und fein hacken. Mit 1El Olivenöl vermischen und

das Fleisch damit ringsum einstreichen. 1 Stunde ziehen lassen.

Nudeln in Salzwasser gar kochen. Kurz bevor die Nudeln gar sind eine Bratpfanne vorheizen.

Nudeln abgiessen, etwas Nudelwasser auffangen. Nudelpfanne kurz auswaschen und auf die ausgeschaltete Herdplatte zurückstellen. Vollrahm eingiessen, Knoblauchzehe dazupressen, Pul biber zugeben. Verrühren und ganz leicht köcheln lassen.

Pouletfleisch heiss anbraten, darauf achten, dass die Hautteile möglichst auf dem Pfannenboden liegen. Ca. 4 Minuten lebhaft braten lassen. Mit einer Gabel wenden und weitere 2-3 Minuten braten lassen.

Nudeln in die Paprikasauce geben und mit einer Gabel gut vermischen. Ev. etwas Nudelwasser zugben, damit die Nudeln schön geschmeidig bleiben.

Nudeln anrichten und das gebratene Pouletfleisch darauf verteilen.





