

Horst Lichter | Garnelen-Hähnchen-Nudel-Pfanne

Zutaten für 4 Personen:

- 250 g Garnelen, küchenfertig
- 250 g Hähnchenfilet
- 200 g Bandnudeln
- 150 g Erbsen
- 1 Bund Lauchzwiebeln
- 2 - 3 EL Öl
- 1 Zitrone, unbehandelt
- 400 ml Gemüsefond
- 50 g Hummersuppenpaste
- Salz
- Pfeffer, weiß

Zubereitung:

Die Nudeln in kochendem Salzwasser etwa 8 Minuten bissfest garen.

Garnelen waschen und trockentupfen. Hähnchenfilet waschen, trocken tupfen und in grobe Stücke schneiden. Lauchzwiebeln klein schneiden und die Schale einer Zitrone abreiben. Öl in einer Pfanne erhitzen. Hähnchenfleisch und Garnelen von allen Seiten anbraten. Mit Salz, Pfeffer und 2/3 der Zitronenschale würzen.

Lauchzwiebeln kurz mit anbraten, mit 400 ml Gemüsefond angießen und aufkochen lassen. Erbsen, Sahne und Hummerpaste dazugeben und unter ständigem Rühren 4 – 5 Minuten köcheln lassen. Alles mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die fertigen Nudeln abgießen, je nach Geschmack in Butter schwenken und in der Pfanne unterheben. Mit dem Rest der Zitronenschale garnieren.

Rezept: Horst Lichter

Quelle: Lafer! Lichter! Lecker! vom 28.07.2007

Prominente Gäste: Petra Gerster & Bruce Darnell