Hähnchenpfanne mit Spinat und Parmesan

15 Min		25 Min
ZUBEREITUNGSZEIT		GESAMTZEIT

Zutaten für 4 Portionen

- 400 g Hähnchenfleisch
- 200 g Mini-Tomaten
- 1 Knoblauchzehe
- 200 ml Sahne
- 100 ml Gemüsebrühe
- 1 EL Tomatenmark
- 50 g Parmesan
- 100 g Blattspinat (am besten frischer Baby-Spinat)

Zubereitung:

1. Wasche die Tomaten und halbiere sie.
2. Schneide das Hähnchenfilet in Stücke und brate es in einer Pfanne an. Würze es mit Salz und Pfeffer. Presse den Knoblauch dazu und brate ihn kurz mit.
3. Rühre das Tomatenmark unter und gib die Tomaten dazu. Lasse alles für 5 Minuten schmurgeln.
4. Gib die Gemüsebrühe und die Sahne hinzu und verrühre alles gut. Reibe den Parmesan hinein und gib den Baby-Spinat darauf. Lasse alles nochmal ein paar Minuten köcheln.
5. Serviere das Parmesan Hähnchen mit Reis oder Bandnudeln. Lecker!

Nährwerte pro Portion: 333,9 kcal | KH 4,2 g | E 30,1 g | F 21,4 g