

# **Feurige Bandnudeln mit Hähnchen & Knoblauch**

## **Feurige Bandnudeln mit Hähnchen & Knoblauch – Für Liebhaber der scharfen Küche**

Feurige Bandnudeln mit Hähnchen & Knoblauch – Ein schnelles Pasta-Gericht mit viel Knoblauch und Chili. wenn es schnell gehen muss, liebe ich Nudel-Gerichte total. Nudeln sind fix gekocht und auch das anbraten von Hähnchen dauert nicht all zu lange. Wer es gerne scharf mag, wird dieses Rezept mit Sicherheit lieben.

Viel frische Chili und frischer Knoblauch sorgen für ordentliche Schärfe in diesem Rezept. Meine Tochter war davon nicht so angetan, denn ihr war es eindeutig zu scharf. Der Rest meiner Familie liebt scharfes Essen und somit blieb mehr für uns ☐

## **Schnelles Nudelgericht mit Hähnchen, Knoblauch und viel Chili**

Während die Nudeln vor sich hin köcheln, kann man fix das Fleisch schneiden und die Pfanne werfen. Einfach in ein wenig heißem Öl anbraten, bis es eine schöne Farbe hat. Dazu kommen Knoblauch und Chili, sowie passierte Tomaten und rotes Pesto, welches die Nudeln nicht ganz so trocken wirken lassen und geschmacklich gut dazu passen.

Zum Schluss einfach nur die abgetropften Nudeln dazu geben, alles gut miteinander verrühren und fertig ist ein schnelles

und leckeres Pasta-Gericht. Kalorienarm ist das ganz nicht unbedingt, denn Nudeln haben ja leider unheimlich viele Kalorien. In Kombination mit dem Hähnchen aber trotzdem gut sättigend. Die Nudeln sind hinterher wirklich gut scharf, wenn ihr es nicht ganz so scharf mögt, einfach ein bisschen weniger Chili verwenden, bevor ihr es hinter nicht essen mögt ☐



**Hier findet ihr weitere Rezepte-Ideen für Nudel-Gerichte zum ausprobieren & nachmachen**



**Tortellini-Auflauf mit Schinken & Käse**



## **Beef Bulgogi**



## **Pink Pasta**



## **Meatballs Tikka Masala**

---



## *Salat Rezepte*

Das Salat Kochbuch mit 125  
leckeren Salat Rezepten - Inkl.  
Salat Dressing, Vinaigrette,  
Salat "To Go" & Bowls

*Als eBook & Taschenbuch  
erhältlich!*

mehr Infos zum Buch