

## Bucatini al limone

---

Vor- und zubereiten: ca. 25 Min.

500 g **Bucatini**  
**Salzwasser, siedend** Teigwaren *al dente* kochen, abtropfen

### Zitronensauce

4 Esslöffel **Olivenöl**  
1 **unbehandelte Zitrone**,  
abgeriebene Schale und Saft  
wenig **roter Tabasco** zusammen in einer Pfanne aufkochen  
2 **Perlhuhnbrüstli** (je ca. 180 g),  
Haut entfernt, in ca. 1 cm  
grossen Würfeln begeben, zugedeckt ca. 3 Min. köcheln  
1/4 Teelöffel **Salz** salzen, mit den heissen Teigwaren mischen  
2 Esslöffel **geriebener Parmesan**  
1 Esslöffel **Zitronenmelissenblätter**, in  
feinen Streifen begeben, mischen

**Tipp:** statt Perlhuhn- 2 grosse Pouletbrüstli verwenden.

**Pro Person:** 38 g Fett, 88 g Eiweiss, 15 g Kohlenhydrate, 2742 kJ (655 kcal)

