



Παπαρδέλες με κοτόπουλο αλά κρεμ

10'

Χρόνος
Εκτέλεσης

30'

Χρόνος
Ψησίματος

4-6

Μερίδες

1

Βαθμός
Δυσκολίας



Μέθοδος Εκτέλεσης

- Βάζουμε ένα [αντικολητικό τηγάνι](#) σε δυνατή φωτιά να κάψει.
- **Κόβουμε** ταμανιτάρια σε 4 κομμάτια.
- Βάζουμε 2 κ.σ. ελαιόλαδο στο καυτό τηγάνι και ρίχνουμε ταμανιτάρια, αλάτι, πιπέρι και ανακατεύουμε μέχρι να πέσει ο όγκος τους και να πάρουν χρώμα.
- Αφαιρούμε από τη φωτιά και αφήνουμε στην άκρη.
- Βάζουμε το ίδιο τηγάνι σε δυνατή φωτιά και προσθέτουμε 2 κ.σ. ελαιόλαδο.
- Κόβουμε το κοτόπουλο σε μεγάλα κομμάτια 3-4 εκ. και τα ρίχνουμε στο τηγάνι.
- Προσθέτουμε αλάτι, πιπέρι και ανακατεύουμε με μία ξύλινη [κουτάλα](#) μέχρι να πάρουν χρώμα.
- Αφαιρούμε από τη φωτιά και αφήνουμε στην άκρη.
- Βάζουμε ξανά το ίδιο τηγάνι σε δυνατή φωτιά.
- Ψιλοκόβουμε το κρεμμύδι και το σκόρδο, κόβουμε τις πιπεριές σε λεπτές λωρίδες 0,5 εκ. και τα ρίχνουμε στο καυτό τηγάνι. Προσθέτουμε το θυμάρι, το βούτυρο και ανακατεύουμε μέχρι να μαλακώσουν και να πάρουν χρώμα.
- Στη συνέχεια, προσθέτουμε το κοτόπουλο και σβήνουμε με το κονιάκ. Ρίχνουμε το νερό, ταμανιτάρια, την κρέμα γάλακτος και ανακατεύουμε.
- Βάζουμε το τυρί κρέμα και ανακατεύουμε μέχρι να διαλυθεί το τυρί και να ομογενοποιηθεί η σάλτσα.
- Προσθέτουμε τον κύβο και σιγοβράζουμε για 2-3 λεπτά μέχρι να δέσει η σάλτσα.
- Προσθέτουμε τις παπαρδέλες στο τηγάνι και ανακατεύουμε μέχρι να απορροφήσουν τη σάλτσα.
- Αφαιρούμε από τη φωτιά, προσθέτουμε την παρμεζάνα και ανακατεύουμε.
- Σερβίρουμε με φρέσκο θυμάρι, πιπέρι και flakes παρμεζάνας.

Συστατικά

- 400 γρ.μανιτάρια champignon, φρέσκα
- 400 γρ. φιλέτο στήθος κοτόπουλου, χωρίς κόκαλο και δέρμα
- 4 κ.σ. ελαιόλαδο
- αλάτι
- πιπέρι
- 1 κρεμμύδι, μεγάλο
- 1 πιπεριά κόκκινη
- 1 πιπεριά κίτρινη
- 3 σκ. σκόρδο
- 2 κ.σ. θυμάρι, φρέσκο
- 2 κ.σ. βούτυρο
- 50 γρ. κονιάκ
- 150 γρ. νερό
- 150 γρ. κρέμα γάλακτος 35%
- 200 γρ. τυρί κρέμα
- 1 κύβο κότας
- 500 γρ. παπαρδέλες, βρασμένες για 2 λεπτά λιγότερο από της οδηγίες της συσκευασίας
- 60 γρ. παρμεζάνα, τριμμένη

Για το σερβίρισμα

- 1 κ.σ. θυμάρι
- πιπέρι
- παρμεζάνα, κομμάτια

Διατροφικός πίνακας

Διατροφική αξία ανά μερίδα

487 Θερμίδες (kcal)	23.0 Λιπαρά (γρ.)	12.0 Κορ.Λίπη (γρ.)	38.0 Υδατ/κες (γρ.)
24%	33%	60%	15%
7.5 Σάκχαρα (γρ.)	29.0 Πρωτεΐνη (γρ.)	4.6 Φυτικές Ίνες (γρ.)	1.2 Αλάτι (γρ.)
8%	58%	18%	20%