

Rezept

Currykraut mit Putenstreifen

Ein Rezept von Currykraut mit Putenstreifen, am 25.03.2023

Zutaten

1 kleine Zwiebel	250 g Putenschnitzel
2 EL Rapsöl	1 EL Madras-Curry
100 ml Wasser, Geflügelbrühe oder -fond	1 kleine Dose Sauerkraut (275 g Abtropfgewicht)
1 EL Rosinen	Salz
2 EL gehackte glatte Petersilie	

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN FÜR 2 PORTIONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min
Pro Portion Ca. 265 kcal

Zubereitung

1. Die Zwiebel schälen und in feine Ringe schneiden. Putenschnitzel kalt abspülen, mit Küchenpapier trockentupfen und in Streifen schneiden.
2. Das Rapsöl in einer beschichteten Pfanne erhitzen, Zwiebeln und Putenstreifen darin rasch anbraten.
3. Den Pfanneninhalt mit Currypulver bestäuben und mit Wasser, Brühe oder Fond ablöschen. Das Sauerkraut mit einer Gabel zerpfücken und unterrühren. Die Rosinen dazugeben.
4. Alles zugedeckt bei milder Hitze 10 Min. köcheln lassen. Das Gericht mit Salz abschmecken und mit der gehackten Petersilie bestreut servieren.