

Rezept

# Kartoffel-Gurken-Brei mit Pute

Ein Rezept von Kartoffel-Gurken-Brei mit Pute, am 20.04.2024

## Zutaten

**500 g** Salatgurke

**100 g** Putenbrustfilet

**1** reife Birne

**300 g** Kartoffeln

**1/4 l** ¼ l dünner Pfefferminztee

**1 EL** pro Portion 1 EL Rapsöl

## Rezeptinfos

**Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 170 kcal

## Zubereitung

1. Die Gurke waschen, schälen, längs halbieren und die Kerne mit einem Teelöffel entfernen. Das Fruchtfleisch klein würfeln. Die Kartoffeln waschen, schälen und ebenfalls klein würfeln.

---

2. Die Putenbrust in dünne Streifen schneiden. Gurken und Kartoffeln mit dem Fleisch im Pfefferminztee aufkochen. Bei schwacher Hitze zugedeckt ca. 15 Min. köcheln lassen.

---

3. Die Birne schälen, putzen, grob zerteilen und dazugeben. Alles fein pürieren, abkühlen lassen und portionsweise einfrieren. Den aufgetauten Brei mit je 1 knappen EL Rapsöl anreichern.