Rezept

Mediterrane Putenröllchen

Ein Rezept von Mediterrane Putenröllchen, am 08.10.2026

Zutaten

20 g	getrocknete Tomaten
40 g	schwarze Oliven ohne Stein
1	kleine rote Chilischote
4 TL	Olivenöl
	schwarzer Pfeffer aus der Mühle
	Meersalz
2 TL	Salzkapern (oder eingelegte Kapern)
1/2 Bund	½ Bund glatte Petersilie
1	Knoblauchzehe
4	dünne, längliche Putenschnitzel (à ca. 70 g)
250 g	Kirschtomaten
2	kleine Holzspieße

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 300 kcal

Zubereitung

1. Die getrockneten Tomaten würfeln, mit etwas heißem Wasser übergießen und beiseitestellen. Die Kapern gründlich abspülen und abtropfen lassen. Die Oliven hacken. Die Petersilie abbrausen und trocken schütteln, die Blätter hacken. Die Chilischote längs aufschneiden, putzen, waschen und würfeln. Den Knoblauch schälen und ebenfalls in Würfel schneiden.

2. Die eingeweichten getrockneten Tomaten abgießen und ausdrücken. Mit Kapern, der Hälfte der Oliven, der Hälfte der Petersilie, Knoblauch, Chili und 1 TL Olivenöl zu einer nicht zu feinen Paste pürieren.

3. Den Backofen auf 160° (140° Umluft) vorheizen. Die Schnitzel zwischen zwei Stücken Frischhaltefolie legen und flach klopfen. Die Schnitzel pfeffern und mit zwei Drittel der Olivenpaste bestreichen, jeweils von der schmalsten Seite aufrollen und mit einem Holzspießchen feststecken. Die Kirschtomaten abbrausen, an der Oberseite kreuzweise einschneiden und etwas auseinanderdrücken, salzen und pfeffern.

4. Eine ofenfeste Form mit 1 TL Olivenöl einfetten. Das restliche Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, die Röllchen darin in 4-5 Min. rundum goldbraun anbraten. Die Röllchen in die Form geben, die Tomaten dazwischensetzen. Den Bratensatz mit etwas Wasser ablöschen, die restliche Olivenpaste einrühren und über die Putenröllchen träufeln. Im Backofen (Mitte) 15-18 Min. garen.

5. Die Holzspießchen entfernen. Die Röllchen quer halbieren, mit den restlichen gehackten Oliven und Petersilie bestreuen.