

Rezept

Pilzsalat mit Putenbruststreifen

Ein Rezept von Pilzsalat mit Putenbruststreifen, am 23.04.2024

Zutaten

2,5 kg braune Champignons	3 Bund schmale Frühlingszwiebeln
6 Knoblauchzehen	3 rote Chilischoten
12 EL Olivenöl	Salz
10 EL Sherryessig	frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
900 g Putenschnitzel	2 Bund glatte Petersilie

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 6 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: mehr als 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 530 kcal, 33 g F, 52 g EW, 7 g KH

Zubereitung

1. Die Champignons abreiben, die Stiele herausdrehen oder knapp abschneiden. Die Pilze in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Die Frühlingszwiebeln putzen und waschen, weiße Teile hacken, grüne in Ringe schneiden. Den Knoblauch schälen und fein hacken. Die Chilischoten längs halbieren, entkernen, abrausen und fein hacken.
2. Die Champignonscheiben in vier Portionen teilen und diese jeweils nacheinander in einer großen heißen Pfanne ohne Fett ca. 4 Min. braten, bis die Pilze leicht gebräunt sind und die ausgetretene Flüssigkeit verdampft ist. Die Pilzportionen jeweils salzen und weiter unter Rühren braten, bis die Flüssigkeit wieder verdampft ist.
3. Dann zu jeder Portion je 2 EL Öl und je ein Viertel von Zwiebelweiß, Knoblauch und Chili geben. Alles weitere 2-3 Min. unter Rühren braten. Zum Schluss jede Pilzportion mit 2 ½ EL Essig ablöschen, in eine große Schüssel geben und kräftig mit Pfeffer würzen. Wenn alle Champignons auf diese Weise gebraten sind, die Pilze nochmals zusammen mit Salz und Pfeffer abschmecken und mind. 30 Min. durchziehen lassen.
4. Inzwischen das Putenfleisch abrausen und trocken tupfen. Erst in dünne Scheiben, dann in kleinfingergroße Streifen schneiden.
5. Das Fleisch in vier Portionen teilen und diese nacheinander in je 1 EL Öl bei starker Hitze in jeweils 5-6 Min. unter häufigem Wenden goldbraun braten, dann salzen und pfeffern. Das Fleisch lauwarm abkühlen lassen, dann mit den Pilzen mischen. Die Petersilie abrausen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen, grob hacken und untermischen.