Rezept

Puten-Carpaccio mit Salsa

Ein Rezept von Puten-Carpaccio mit Salsa, am 25.06.2025

Zutaten

50 g	Mango
1	Frühlingszwiebel
2 TL	süßsaure Chili-Sauce
	Salz
150 g	Putenbrustfilet-Aufschnitt in hauchdünnen Scheiben
1	kleine rote Paprikaschote
1 EL	Öl
1 - 2 TL	Limettensaft
	Pfeffer
	Koriandergrün Bzum Garnieren (nach elieben)

Rezeptinfos

Portionsgröße 1 | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 320 kcal, 14 g F, 34 g EW, 15 g KH

Zubereitung

1. Mango schälen und in sehr kleine Würfel schneiden. Paprika putzen, entkernen, waschen und ebenfalls sehr klein würfeln. Frühlingszwiebel putzen, waschen und in dünne Ringe schneiden.

2. Alle vorbereiteten Zutaten mit Öl, Chilisauce und Limettensaft mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

3. Putenbrust-Aufschnitt auf einem großen Teller auslegen. Die Mango-Paprika-Salsa darauf verteilen. Nach Belieben mit Koriander garnieren und servieren.