

Rezept

Putenbrust mit Bouillonkartoffeln

Ein Rezept von Putenbrust mit Bouillonkartoffeln, am 25.04.2024

Zutaten

½ Bio-Zitrone	Salz
600 g Putenbrust am Stück	1 Bund Schnittlauch
500 ml Hühnerbrühe	2 Lorbeerblätter
600 g Möhren	800 g festkochende Kartoffeln
2 EL Rapsöl	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 350 kcal, 7 g F, 41 g EW, 31 g KH

Zubereitung

1. Die Zitrone heiß abwaschen und abtrocknen. Die Schale abreiben und den Saft auspressen. Schale und Saft mit Salz auf der Putenbrust verteilen. Den Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in Röllchen schneiden.
2. Die Brühe in einem Topf erhitzen. Fleisch und Lorbeerblätter dazugeben, einmal aufkochen und zugedeckt bei kleiner Hitze in etwa 30 Min. gar ziehen lassen.
3. Möhren und Kartoffeln waschen, schälen und in 2 cm große Würfel schneiden. Das gegarte Fleisch aus der Brühe nehmen. Gemüse im Öl andünsten und heiße Brühe dazugießen. Bei mittlerer Hitze 10-15 Min. mit halb aufgesetztem Deckel gar ziehen lassen.
4. Putenbrust dünn aufschneiden und mit den Bouillonkartoffeln anrichten. Schnittlauchröllchen aufstreuen.