

Rezept

Putengeschnetzeltes mit Gemüse

Ein Rezept von Putengeschnetzeltes mit Gemüse, am 27.04.2024

Zutaten

600 g Putenbrustfilet	Salz
Pfeffer	200 g kleine Egerlinge
2 kleine Zucchini	1 Stange Lauch
2 Möhren	3 Knoblauchzehen
4 EL Öl	1/4 l Hühnerbrühe (Instant)
150 g Crème fraîche	2 EL gehackte Petersilie

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 610 kcal

Zubereitung

1. Das Putenfleisch quer zur Faser in dünne Streifen schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Egerlinge putzen (nicht waschen!) und in Scheiben schneiden. Die Zucchini waschen und in Scheiben schneiden. Den Lauch putzen, gründlich waschen und in Ringe schneiden. Die Möhren schälen und in Scheiben schneiden. Den Knoblauch schälen und ebenfalls in Scheiben schneiden.
2. In einer großen Pfanne das Öl erhitzen. Die Putenstreifen unter Rühren 4 Min. anbraten und wieder herausnehmen. In dem Bratfett zuerst Möhren und Lauch, dann die Zucchini, die Pilze und den Knoblauch in 4-5 Min. bissfest anbraten.
3. Die Brühe angießen, die Crème fraîche unterrühren und das Fleisch zurück in die Pfanne geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit der Petersilie bestreut servieren.