

Rezept

Putensteaks mit Wurzelgemüse

Ein Rezept von Putensteaks mit Wurzelgemüse, am 24.05.2026

Zutaten

2	Putenhüftsteaks (ca. 300 g)	100 g	orange Möhren
100 g	lila Möhren	100 g	Pastinaken
100 g	Rote Bete	2 EL	natives Olivenöl
1 1/2 EL	getrocknete Kräuter der Provence		Salz
	Pfeffer		

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 325 kcal, 13 g F, 38 g EW, 12 g KH

Zubereitung

1. Den Backofen auf 180° Umluft vorheizen. Die Putensteaks auf einem mit Backpapier belegten Backblech platzieren.
2. Möhren, Pastinaken und Rote Bete putzen, schälen und in 4-5 cm lange und 1 cm breite Streifen schneiden. Das Gemüse auf dem Blech um die Putensteaks herum verteilen.
3. Olivenöl, Kräuter, Salz und Pfeffer auf Gemüse und Steaks verteilen und alles im heißen Ofen (Mitte) in ca. 30 Min. goldbraun backen. Gemüse und Fleisch auf Tellern anrichten.