

Kochen mit Klaus

Leicht & Lecker!

Puten-Pilzgeschnetzeltes

Zutaten: (Für 5-6 Personen)

- 800 g Putenschnitzel, 5 Lauchzwiebeln, 1 Zwiebel, 4 Knobizehen, Öl,
- Salz, Pfeffer, 500 g Champignons, 2 Möhren, 3 EL Tomatenmark,
- 300 g Frischkäse light, 250 ml Gemüsebrühe, 100 ml Weißwein,
- Saucenbinder, gemahlener Kümmel, TK-Petersilie, Langkornreis

Zubereitung:

1. Gemüse putzen. Zwiebel u. Knobli fein, Möhren klein würfeln. Lauchzwiebeln in Ringe schneiden. Pilze vierteln. Pute schnetzeln.



2. Pute in heißem Öl anbraten, mit Salz, Pfeffer u. Kümmel würzen, mit Fleischsaft herausnehmen. Zwiebeln, Knobli u. Möhren in Öl anbraten. Tomatenmark mitbraten, mit Brühe u. Cremefine ablöschen. Frischkäse einrühren u. aufkochen. Pute u. Pilze zugeben, ca. 20 Min. abgedeckt köcheln lassen, mit Wein verlängern u. mit Saucenbinder dicken. Mit Salz, Pfeffer, gemahlene Kümmel abschmecken. Petersilie einrühren.



3. Inzwischen Reis nach der Quellmethode zubereiten u. mit der Puten-Pilzgeschnetzelten anrichten.



Tipp des Chaoten:

Mit einem Bunten Romanasalat & einen kühlen Weißwein genießen!



Erstellt von Klaus am 31.01.2015