

Kochen mit Klaus

Sommerliche Bandnudeln mit Pute

Zutaten: (Für 4 Personen)

- 400 g Puten-Ministeaks, 5 Lauchzwiebeln, 150 g Zuckerschoten, Salz,
- Pfeffer, 2 Knoblauchzehen, 2 Möhren, 2 TL Kurkuma, 200 g Frischkäse,
- 250 ml Cremefine, 250 ml Gemüsebrühe, 2 EL helle Sauce,
- 250 g Bandnudeln, Zitronensaft, TK-Petersilie & TK-Schnittlauch

Zubereitung:

1. Zuckerschoten mit heißer Brühe übergießen, nach 5 Min. abgießen, Brühe auffangen. Knoblauch abziehen, fein würfeln. Lauchzwiebeln putzen, schräg in Ringe, Möhren schälen u. in Scheiben schneiden. Pute schnetzeln. Frischkäse mit Cremefine verrühren.



2. Pute in heißem Öl anbraten, salzen, pfeffern u. herausnehmen. Gemüse im Bratfett anbraten. Kurkuma unterrühren. Mit Frischkäse-Sauce u. Brühe ablöschen, helle Sauce einrühren u. aufkochen. Pute zugeben, 10-15 Min. köcheln lassen u. mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft u. Kräutern abschmecken.



3. Nudeln nach Angabe zubereiten, abgießen u. in tiefe Teller geben. Sauce auf den Nudeln anrichten.



Tipp des Chaoten: Dazu einen kühlen Weißwein genießen!



Erstellt von Klaus am 19.07.2013