

Putenschnitzel mit Erbsenpüree und gemischtem Salat



Zutaten für zwei Personen:

2 Putenschnitzel zu je ca. 90 - 120 g, aus Putenfilet quer zur Faser geschnitten

Salz, Pfeffer aus der Mühle

Kräuter der Provence

Olivenöl

Erbsenpüree:

400 g TK Erbsen

150 ml kräftige Gemüsebrühe

2 größere Kartoffeln

1 Ecke Butter

30-40 ml Sahne

Salz, Pfeffer aus der Mühle

Chili-Gewürz

Muskatnuss

Salat:

gemischter Salat nach Wahl

1. Am Vortag ca. 1 cm dicke Schnitzel quer zur Faser aus dem Putenfilet schneiden. Salzen, pfeffern, mit Kräutern der Provence bestreuen und mit Olivenöl beträufeln. Über Nacht im Kühlschrank marinieren.

2. Eingelegte Putenschnitzel Zimmertemperatur annehmen lassen.

3. Grillpfanne dünn mit Olivenöl einstreichen und auf Stellung 7 von 9 gut vorheizen.

4. Putenschnitzel einlegen und auf jeder Seite 2-3 Minuten grillen. Die Putenschnitzel dürfen keine rosa Stellen mehr haben.

Erbsenpüree:

1. Kartoffel in der Schale mit Kümmel ca. 30-40 Minuten kochen, bis sie gar sind.

2. TK Erbsen in der Gemüsebrühe in ca. 12-15 Minuten weich dünsten. Dann abgießen und in einen hohen Mixbecher geben.

3. Einige Erbsen für Dekoration zurückbehalten.

4. Butter, Sahne und die Gewürze zugeben, durchmischen.

5. Kartoffeln schälen, durch die Kartoffelpresse drücken und unterheben.

Hinweise:

Unsere Empfehlung für die Sauce: Heinz Exotic Sauce

Schlagworte:

leicht, Zubereitung ca. 45 min, Gesamtzeit ca. 18 h, Hauptspeisen, Fleisch, Geflügel, Pute, deutsch

Rezept und Foto: Walter
Stand 16.01.2023