

Rezept der Woche

Putenschnitzel mit Zitronencremesauce

Zutaten für 4 Portionen:

4 Putenschnitzel
4 Karotten
2 kleine Zucchini
1 kleine Dose Champignons
2 Eßl Speiseöl
Salz, Pfeffer
100 ml Sahne
200 ml Gemüsebrühe
Saft und etwas Schale von ½ Biozitrone
1-2 Eßl heller Saucenbinder
1 Dose Mandarinen
1 Eßl Petersilie fein gehackt

1. Zucchini waschen, abtrocknen und die Enden abschneiden.
Möhren putzen, schälen und waschen. Champignons in einem Sieb abtropfen lassen.
Das Gemüse in dünne Scheiben schneiden.
Die Hälfte des Öls in einer Pfanne erhitzen und die Gemüsescheiben darin etwa 5 Minuten andünsten, mit Salz und Pfeffer würzen und beiseite stellen.
2. Das restliche Öl zum verbliebenen Bratfett geben und erhitzen.
Die Putenschnitzel darin 2-3 Minuten von jeder Seite braten und mit Salz und Pfeffer würzen.
Das Fleisch dann aus der Pfanne nehmen und warm stellen.
3. Den Bratensatz mit Sahne und Brühe ablöschen und mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft und -schale abschmecken.
4. Mandarinen in einem Sieb abtropfen lassen, zu dem Gemüse geben und alles nochmals kurz erwärmen. Das Gemüse mit den Schnitzeln auf Tellern anrichten und die Zitronensauce darüber geben und mit Petersilie garnieren.

Dazu passen sehr gut Nudeln oder Reis.

Guten Appetit wünscht Ihnen

SCHUSTER
Die Metzgerei

87487 Ermengerst • Telefon 0 83 70 / 300