Putengeschnetzeltes
bei SehrLecker.de

Die Zutaten:

600 gr Putenbrust, 200 ml Sherry (medium), 6 Esslöffel Sojasauce, 1 Bund Süppengrün, 1 Zwiebel, 300 ml Fleischbrühe (Instant), 4 Esslöffel Crème fraîche, Zitrone, 2-3 Esslöffel Öl, 1 Teelöffel Currypulver, 1 Prise Salz, 1 Prise Pfeffer.

Die Vorbereitungen:

Putenbrust waschen, trockentupfen und in Streifen schneiden. Mit Zitronensaft, Sherry und Sojasauce beträufeln und etwa 30 Minuten marinieren lassen.
Inzwischen das Suppengrün putzen. Dazu die Lauchstange in schmale Ringe schneiden, gründlich waschen, abtropfen lassen. Die Möhren mit dem Sparschäler schälen, waschen, in Scheiben schneiden. Sellerie mit einem kleinen Küchenmesser schälen, waschen, in Scheiben, in Streifen, dann in Würfel schneiden. Anschließend die Zwiebeln schälen, abspülen und fein würfeln.

Die Zubereitung:

Das Fleisch in einem Sieb abtropfen lassen, dabei die Marinade auffangen. In einer Pfanne 2 Eßlöffel Öl erhitzen, die Fleischstreifen darin bei starker Hitze scharf anbraten. Dann das Fleisch herausnehmen, auf einen Teller oder in ein Schälchen geben und mit Curry, Salz sowie Pfeffer würzen. Suppengrün und Zwiebelwürfel im Bratfett bei mittlerer Hitze dünsten, bis die Zwiebeln glasig sind, eventuell noch ein Eßlöffel Öl in die Pfanne geben. Dann die Brühe und die Marinade dazugießen und Gemüse zugedeckt etwa 5 Minuten dünsten. Fleisch zurück in die Pfanne geben und darin kurz aufwärmen, Crème fraîche daraufgeben. Das Geschnetzelte nach Belieben mit Sojasauce und Sherry abschmecken. Dazu past Reis und Salat oder nur Baguette.

Dieses Rezept finden Sie unter: www.sehrlecker.de