Fruchtige Putenfilet-Medaillons

Sonstige Gerichte » Belegte Brote

Zutaten (4 Personen)

» 600g Putenbrust/-brüste
» 2 EL Öl
» Salz & Pfeffer
» 4 halbe Pfirsich(e)
» 100g weiße Weintrauben
» 100g blaue Weintrauben
» 100ml Weißwein
» 1 EL Senf
» 2 EL Aprikosenkonfitüre
» 250g Baguette(s)
» 5 Salatblatt/ -blätter
» Basilikum

Bewertung

Beschaffung
in jedem Discounter

Kosten
6-10€

Zubereitungszeit
bis 30min

Zubereitung

1. Putenfilets waschen und trockentupfen. Fleisch in je 5 Scheiben schneiden und quer halbieren. Öl in einer Pfanne erhitzen und Medaillons darin unter Wenden 2-3min braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Herausnehmen und beiseite stellen.

2. Pfirsiche und Trauben waschen und trockentupfen. Trauben halbieren und entkernen. Pfirsiche in Spalten vom Stein schneiden. Den heißen Bratsatz mit Wein ablöschen. Senf und Konfitüre einrühren. Früchte zufügen und ca. 2min bei starker Hitze köcheln lassen.

3. Baguette in 10 Scheiben schneiden. Die Salatblätter waschen, trockentupfen und etwas kleiner zupfen. Baguette mit Salat und je einem Medaillon belegen. Je 1-2 Trauben oder Pfirsichspalten mit Soße darauf geben. Mit Holzspießen feststecken. Mit Basilikum garniert servieren.

Nährwerte: 470kcal/E42g/F8g/KH54g pro Portion

angelegt am: 30.03.2005 Rezept-Nr: 1758

Die Rezept-Datenbank - http://www.Rezept-Insel.de - ©2024 M.Hennicke