

Putenbraten mit Zitronen-Thymian-Soße

Fleisch-Gerichte » Puten » Puten-Braten

Zutaten (4 Personen)

- » 800g Putenbrust/-brüste
- » Salz & Pfeffer
- » 2 Zwiebel(n)
- » 2 Stangen Porree
- » 1 Zitrone(n)
- » 2 EL Butterschmalz
- » 1 Bd. Thymian
- » 250ml Geflügelfond
- » 125ml Schlagsahne
- » 200g Zuckerschoten
- » 1 EL Butter/Margarine
- » Rosa Beeren
- » Soßenbinder

Bewertung



Beschaffung

manchmal im Discounter



Kosten

11-15€



Zubereitungszeit

61-90min

Zubereitung

1. Fleisch abbrausen, trockentupfen, mit Küchengarnt in Form binden. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zwiebel abziehen, vierteln. Porree waschen, putzen, in Ringe schneiden. Zitrone heiß abbrausen, trockentupfen. Schale abreiben, Saft auspressen.

2. Butterschmalz im Bräter erhitzen. Die Putenbrust darin anbraten. Thymian abbrausen, trockenschütteln, mit Zwiebeln, Porree sowie Zitronenschale zum Fleisch geben und mitschmoren. Die Brühe angießen und alles zugedeckt ca. 45min garen.

3. Den Braten herausnehmen, warm stellen. Zitronensaft in den Bratensatz rühren, aufkochen lassen und evtl. mit hellem Soßenbinder andicken. Die Sahne einrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Braten in die Soße legen und ca. 10min darin ziehen lassen.

4. Zuckerschoten abbrausen, putzen, in kochendem Salzwasser blanchieren. Abgießen, abschrecken, abtropfen lassen. Butter erhitzen, Schoten darin schwenken. Alles anrichten und mit rosa Pfeffer bestreuen. Dazu passen Bandnudeln.

Nährwerte: 470kcal/E53g/F22g/KH14g pro Portion

angelegt am: 05.12.2004

Rezept-Nr: 1336

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