

Putenschnitzel mit Tomatensoße

Fleisch-Gerichte » Puten

Zutaten (4 Personen)

- » 600g Tomate(n)
- » 2 Stangen Staudensellerie
- » 1 Zwiebel(n)
- » 1 Knoblauchzehe(n)
- » 4 Scheiben Frühstücksspeck
- » 2 EL Olivenöl
- » 8 Zweige Oregano
- » 125ml Instant-Gemüse-Brühe
- » 8 Putenschnitzel
- » Salz & Pfeffer
- » 2 EL Öl
- » 1 EL Kapern

Bewertung



Beschaffung

guten Supermarkt



Kosten

6-10€



Zubereitungszeit

bis 30min

Zubereitung

1. Tomaten kreuzweise einritzen, überbrühen, häuten und entkernen. Fruchtfleisch würfeln. Sellerie putzen, waschen, sehr fein schneiden. Zwiebel, Knoblauch abziehen, fein würfeln.

2. Speckscheiben quer halbieren, knusprig ausbraten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen. Öl ins Bratfett geben, Zwiebel und Knoblauch darin andünsten. Oregano abbrausen, trockenschütteln, Blätter abzupfen. $\frac{3}{4}$ davon mit Tomaten, Sellerie in die Pfanne geben, mit andünsten. Brühe angießen, etwas einkochen lassen.

3. Schnitzel abbrausen, trockentupfen, würzen. Im Öl ca. 8min unter Wenden braten. Kapern hinzufügen. Schnitzel mit Speck und Soße anrichten, mit übrigem Oregano bestreuen. Dazu passen Spaghetti.

Nährwerte: 410kcal/E29g/F30g/KH6g pro Portion

angelegt am: 24.02.2007

Rezept-Nr: 2228

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