Möhrensalat mit Putenstreifen

Salate » Geflügel-Salate

Zutaten (4 Personen)

» 600g Möhre(n)
» 150g Lauchzwiebel(n)
» 1 EL Butter/Margarine
» Salz & Pfeffer
» 1 Kopf Eisbergsalat
» 1 Kopf Radicchio
» 1 EL Senf
» 1 Eigelb
» 6 EL Weißwein-Essig
» 4 EL Olivenöl
» 1 Prise Zucker
» 250g Putenschnitzel
» 4 Scheiben Weißbrot
» 1 Beet Kresse

Bewertung

Beschaffung
in jedem Discounter

Kosten
6-10€

Zubereitungszeit
bis 30min

Zubereitung

1. Möhren und Lauchzwiebeln putzen, waschen. Möhren in Streifen und Lauchzwiebeln in Stücke schneiden. Möhren in heißer Butter ca. 5min dünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen. 100ml Wasser angießen, ca. 4min köcheln. Lauchzwiebeln zufügen.

2. Salate putzen, waschen und in Stücke schneiden. Senf mit Eigelb, Essig und 2EL Öl mischen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Salate und Gemüse mit der Marinade mischen.

3. Fleisch waschen, trockentupfen, in Streifen schneiden. In 2EL Öl 2-3min braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Das Toastbrot goldbraun rösten und rund ausstechen. Salat anrichten. Fleisch und Toast darauf verteilen. Mit Kresse bestreuen.

Nährwerte: 310kcal/E20g/F16g/KH21g pro Portion

angelegt am: 01.02.2005 Rezept-Nr: 1466

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