



Putengeschnetzeltes Toscana für 4 Personen

Zutaten

800 g Putenfilet
400 g weiße Champignons
1 Zucchini
1 große Zwiebel
2 Zehen Knoblauch
1 Becher Sahne
1 Becher Schmand oder Kräuterfrischkäse
100 ml Weißwein, trocken
200 ml Geflügelfond oder Gemüsebrühe
4 EL Tomatenmark
3 TL Paprikapulver, edelsüß
2 TL Cayennepfeffer oder 1 EL Sambal Oelek
2 EL Oregano, frisch oder 2 TL getrockneter
1 EL Thymian, frisch oder 1 TL getrockneter
1 EL Basilikum, frisches oder 1 TL getrocknetes
2 EL Olivenöl
Salz und weißer Pfeffer
n. B. frisch geriebener Parmesan
evtl. Chili aus der Mühle
400 g Penne
Salzwasser

Zubereitung

Das Putenfleisch in dünne Streifen schneiden. Die Zwiebel grob würfeln, die Champignons putzen und halbieren und die Zucchini würfeln oder in Scheiben schneiden. Anschließend die Kräuter und den Knoblauch hacken. Die Zwiebeln und den Knoblauch in eine Pfanne geben und anschwitzen, bis die Zwiebeln leicht glasig sind, dann die Putenstreifen und die Champignons hinzufügen (sollte das Fleisch stark schwitzen, schöpfen Sie ruhig etwas von dem Saft ab).

Wenn das Fleisch weiß wird (nach ca. 2-3 min.), salzen, pfeffern und das Tomatenmark, das Paprikapulver und den Cayennepfeffer hinzufügen. Nun die Zucchini hinzufügen und das Fleisch braten, bis es bräunlich wird. Nun löschen Sie das Fleisch mit dem Weißwein und dem Fond ab. Lassen Sie den Sud aufkochen und warten Sie ab, bis sich der starke Alkoholgeruch verflüchtigt hat. Dann geben Sie den Schmand oder Kräuterfrischkäse, die Sahne und die restlichen Kräuter dazu und reduzieren die Soße, bis sie die gewünschte Konsistenz hat.

Abschmecken und evtl. mit Chili aus der Mühle nachwürzen.
Auf Penne mit frisch geriebenem Parmesan servieren.