

Id2050 web

## Zarte Putenbrust

mit Pilz-Spaghetti und Knusperbröseln



20-30min



4 Personen

Einer cremigen Pilz-Sauce mit feinen Austernpilzen und frischer Petersilie kann niemand widerstehen! Wenn dann noch zarte Putenbrustwürfel und ein knuspriges Topping aus Semmelwürfel dazukommen, sind diese Spaghetti definitiv im Rennen für das neue Lieblingsgericht.

## Was du von uns bekommst

- Spaghetti, Bio Italia <sup>1</sup>
- frische Petersilie
- frische Austernpilze
- Putenbrust
- Sauerrahm <sup>7</sup>
- Zwiebel
- Semmelwürfel <sup>1</sup>
- Brathändl Gewürz Sonnentor

## Was du zu Hause benötigst

- Butter <sup>7</sup>
- Pflanzenöl
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Weizenmehl <sup>1</sup>

## Küchenutensilien

- große Pfanne
- großer Kochtopf
- Messbecher
- Sieb

Vergiss nicht, dein Gemüse nochmal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

### Allergene

Gluten (1), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

### Inhaltsangaben pro Portion

Kalorien 775.0kcal, Fett 14.7g, Eiweiß 52.1g, Kohlenhydrate 105.0g



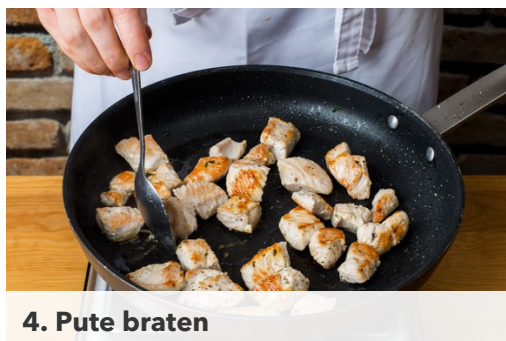
Einen großen Topf mit ausreichend gesalzenem Wasser zum Kochen bringen. **Pilze** mit einem feuchten Küchenpapier von evtl. Dreck reinigen. Dann in ca. 1cm dicke Streifen zupfen. **Zwiebeln** schälen, halbieren und klein würfeln.



Sobald das Wasser kocht, die **Spaghetti** ca. 7-8Min. bissfest kochen. Dann abgießen und warm halten.



Die Hälfte der **Petersilie** samt Stiele fein hacken. Eine große Pfanne auf mittlere Stufe erhitzen. 1TL Butter darin schmelzen, dann **Semmelwürfel** hineingeben und mit der gehackten Petersilie und kurz goldgelb rösten. Kräftig mit Salz und Pfeffer abschmecken, dann aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen.



**Fleisch** in ca. 2cm große Würfel schneiden. Die Pfanne auswaschen und mit 1EL Öl erneut hoch erhitzen und das Fleisch darin ca. 3-5Min. scharf anbraten. Fleisch aus der Pfanne nehmen, die Pfanne behalten.



**Zwiebeln** und **Pilze** mit 1EL Öl in der Fleischpfanne bei hoher Hitze 2-3Min. rösten. 1EL Mehl untermengen, mit 350ml Wasser und dem **Sauerrahm** ablöschen. Glatt rühren, mit **Brathendlgewürz**, Salz und Pfeffer abschmecken und ca. 3-4Min. bei mittlerer Hitze einköcheln.



Zum Schluss das **Fleisch** und die **Spaghetti** zugeben, ca. 1Min. zu Ende köcheln. Spaghetti anrichten, die **Knusperbrösel** darüber geben und mit übriger **Petersilie** garnieren.