



Pesto-Pute

Zeit gesamt
20min

Zubereitungszeit
20min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

| | |
|---------------------|-------|
| Putenbrustschnitzel | 600 g |
| Salz | |
| Pfeffer, schwarz | |
| Pesto alla Genovese | 4 TL |

Zubereitung



Küchenutensilien

Küchencrepp, Grill

1. Pute waschen und trocken tupfen. Von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer einreiben und mit Pesto bestreichen.
2. Pesto-Pute auf dem heißen Grill ca. 3 Min. von jeder Seite grillen.

Guten Appetit!

Tipp: Du kannst die Pute auch in einer Pfanne zubereiten.

Nährwerte (pro Portion)

| | |
|----------------|----------|
| Kaloriengehalt | 173 kcal |
| Kohlenhydrate | 1 g |
| Eiweiß | 36 g |
| Ballaststoffe | 0 g |
| Fette | 3 g |