



Putengeschnetzeltes mit Spätzle

Zeit gesamt
40min

Zubereitungszeit
15min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Zwiebeln, gelb	1 St.
Champignons, weiß	300 g
Putenbrustschnitzel	400 g
Öl	4 EL
Gemüsebrühe	600 g
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Spätzle	500 g
Zitronen	1 St.
Speisestärke	2 EL
Schnittlauch, frisch	10 g
Schlagsahne	200 g
Erbsen, tiefgefroren	200 g

Zubereitung



Küchenutensilien

kleine Schüssel, Monsieur Cuisine

1. Zwiebel halbieren und schälen. Champignons ggf. mit Küchenkrepp säubern und vierteln. Putenschnitzel waschen, trocken tupfen und in dünne Streifen schneiden. In den Mixtopf Putenstreifen und 2 EL Öl geben und ohne eingesetzten Messbecher 4 Min./Anbratstufe anbraten. Anschließend in eine Schüssel umfüllen.
2. In den Mixtopf Zwiebel geben und 4 Sek./Stufe 8 zerkleinern. Mit dem Spatel an der Innenwand des Mixbehälters nach unten schieben. 2 EL Öl und Champignons zugeben und 3 Min./120 °C/Stufe 1 dünsten. Heiße Gemüsebrühe, Salz und Pfeffer in den Mixbehälter geben. In den tiefen Dampfgaraufsatz Spätzle geben, aufsetzen und alles mit 15 Min./Dampfgarstufe garen.
3. Inzwischen Zitrone halbieren und Saft auspressen. In einer Schüssel Speisestärke mit etwas Wasser verrühren. Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in feine Ringe schneiden.
4. Dampfgaraufsatz zur Seite stellen. Sahne, Putenstreifen, Erbsen und Speisestärke zugeben, Dampfgaraufsatz mit den Spätzle wieder aufsetzen und mit Linkslauf 5 Min./100 °C/Stufe 1 erwärmen. Putengeschnetzeltes mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken, mit Spätzle auf Teller anrichten und mit Schnittlauch bestreut servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	505 kcal
Kohlenhydrate	50 g
Eiweiß	37 g
Ballaststoffe	4 g
Fette	18 g