

## Putello Tonnato

### Zutaten (für 4 Personen):

- 4 Putenschnitzel
- 1 EL Öl
- 3 Eier
- 1 Zitrone
- 1 Dose Thunfisch
- 6 Sardellen
- 2 EL Kapern
- 1 Baguette
- roter Pfeffer



### Nährwerte:

Pro Portion ca. 437 kcal, 28 g Fett, 11 g Kohlenhydrate, 36 g Eiweiß (Diese Information findet ihr, wenn ihr im Ordner des jeweiligen Rezepts die Worddatei "Blogbeitrag" öffnet. Dort müsste sie ganz unten stehen. Schreibt mir, sollte dies nicht der Fall sein).

### Zubereitungszeit:

circa 20 Minuten

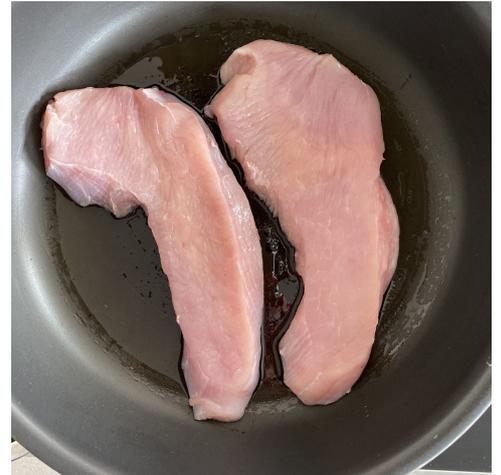
## Putello Tonnato

### Zubereitung:

1. Die Eier hart kochen, pellen, klein schneiden. Thunfisch mit Öl, Eier, Zitronenabrieb, Sardellen und 1 EL Kapern pürieren.



2. Die Putenschnitzel in 1 EL Öl von beiden Seiten circa 2 bis 3 Minuten scharf anbraten und zur Seite stellen.



3. Restliche Kapern in der gleichen Pfanne circa 2 bis 3 Minuten anrösten.





## Putello Tonnato

- Die Putenschnitzel in Streifen schneiden, auf der Thunfischsauce anrichten und mit Kapern und rotem Pfeffer toppen. Baguette dazu reichen und Putello Tonnato genießen. ☑



Achten Sie auf die deutsche Herkunft!

**D**  
Schlupf

**D**  
Aufzucht

**D**  
Verarbeitung

### Einkaufstipp

Heimische, nachhaltige und nach hohen Standards erzeugte Lebensmittel sind dir wichtig? Dann achte beim Einkauf von Geflügelfleisch auf die „D“s auf der Verpackung: diese garantieren dir Geflügelfleisch aus Deutschland.

Weitere Informationen rund um Geflügelfleisch aus Deutschland sowie viele leckere Rezepte finden Sie auf [www.deutsches-gefluegel.de](http://www.deutsches-gefluegel.de)