WE LOVE GEFLÜGEL!

Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Pasta mit Putenfiletwürfeln und Avocado-Pesto

Zutaten (für 4 Personen):

2 Putenfilets
500 g Pasta
1 Bund Basilikum
1 Avocado
3 Knoblauchzehen
75 g Parmesan
3 EL Olivenöl
1 Zitrone
50 g Pinienkerne

Nährwerte:

Pro Portion ca. 679 kcal, 32 g Fett, 48 g Kohlenhydrate, 45 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

Circa 25 Minuten

WE LOVE GEFLÜGEL!

Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Pasta mit Putenfiletwürfeln und Avocado-Pesto

Zubereitung:

1. Avocado schälen und den Kern entfernen. Knoblauch schälen, Zitronensaft auspressen, Basilikum waschen. Avocado, Parmesan, Pinienkerne, Knoblauch, Zitronensaft, 2 EL Öl und Basilikum pürieren. Nebenbei die Pasta kochen.

2. Putenfilets in circa 2 x 2 cm große Stücke schneiden und in 1 EL Öl von jeder Seite circa 3 bis 5 Minuten scharf anbraten.

3. Pasta und Pesto verrühren, mit den Putenfiletwürfeln toppen und genießen!

WE LOVE GEFLÜGEL!

Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Pasta mit Putenfiletwürfeln und Avocado-Pesto

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-geflügel.de**