

Papadam Pizza mit Putenfilet, Feta und Granatapfel

Zutaten

(für 4 Personen):

400 g Putenbrustfilet (aus deutscher Erzeugung)
50 ml Pflanzenöl
1 TL Kreuzkümmel
2 TL Curry
Salz und Pfeffer
8 Papadams
2 rote Zwiebeln
150 g Feta
Koriander
80 g Granatapfel
50 g Cashewkerne



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 25 Minuten

Papadam Pizza mit Putenfilet, Feta und Granatapfel

Zubereitung:

1. Zuerst die Putenfilets würfeln, mit 3 EL Öl, Kreuzkümmel, Curry und einer Prise Salz und Pfeffer mischen...



2. ...und circa 5 bis 7 Minuten scharf anbraten.



3. Dabei die Putenfiletwürfel während des Bratens mal wenden, damit sie von allen Seiten schön goldbraun gebraten sind.



Papadam Pizza mit Putenfilet, Feta und Granatapfel

4. Dann die Papadams in dem restlichen Pflanzenöl für 7 bis 10 Sekunden ausbacken. Aufpassen – das geht wirklich fix, dass die Papadams knusprig ausgebacken sind.



5. Jetzt die Zwiebel schälen und in feine Ringe schneiden und den Feta mit den Händen zerbröseln.
Als nächstes die Papadams mit Zwiebelscheiben und Feta bestreuen.



6. Dann die gebratenen Putenfiletwürfel darauf geben...



7. ...und alles mit gehacktem Koriander, Granatapfelkernen und gehackten

Papadam Pizza mit Putenfilet, Feta und Granatapfel

Cashews toppen. Soooooo lecker!



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