WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Kräuter-Putenfilet mit Caprese-Salat

Zutaten (für 4 Personen):

4 Putenfilets
2 EL Öl
2 TL italienische Kräuter
200 g Rucola
200 g Tomaten
300 g Mini-Mozzarella
2 EL Pesto
Salz und Pfeffer

Nährwerte:

Pro Portion ca. 582 kcal, 34 g Fett, 9 g Kohlenhydrate, 56 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

circa 25 Minuten

WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Kräuter-Putenfilet mit Caprese-Salat

Zubereitung:

1. Zuerst 2 EL Öl und italienische Kräuter mischen. Dann die Putenfilets rundherum mit der Marinade bestreichen.

2. Jetzt die Putenfilets von jeder Seite 5 bis 7 Minuten…

3. …scharf anbraten, bis sie goldbraun sind.

Kräuter-Putenfilet mit Caprese-Salat

4. Rucola, Tomaten und Mozzarella mit dem Pesto mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

5. Zum Schluss nur noch die gekräuterten Putenfilets aufschneiden, auf dem Salat anrichten und schmecken lassen.

WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Kräuter-Putenfilet mit Caprese-Salat

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**