WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Curry-Pasta mit Putenfiletwürfeln

Zutaten (für 4 Personen):

400 g Putenfilet
200 g Champignons
1 Zwiebel
500 g Blumenkohl
400 g Farfalle
100 g Erbsen
Salz und Pfeffer
2 EL Öl
200 ml Sahne
200 g Frischkäse
2 TL Curry
1 TL Kurkuma
1 Zitrone
Petersilie



Nährwerte:

Pro Portion ca. 972 kcal, 44 g Fett, 88 g Kohlenhydrate, 42 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

Circa 30 Minuten

WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Curry-Pasta mit Putenfiletwürfeln

Zubereitung:

1. Putenfilet würfeln. Champignons putzen und in Scheiben schneiden. Zwiebel schälen und fein würfeln. Alles zusammen in dem Öl circa 5 bis 7 Minuten scharf anbraten.



2. Die Nudeln kochen. Den Blumenkohl in Salzwasser circa 7 Minuten bissfest garen.



3. Dann Blumenkohl, Erbsen, Sahne, Frischkäse, Curry und Kurkuma mit in die Pfanne geben – eventuell noch etwas Nudelwasser einrühren – und circa 10 Minuten köcheln lassen.

WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Curry-Pasta mit Putenfiletwürfeln



4. Zum Schluss alles mit Salz und Pfeffer abschmecken und Curry-Pasta mit Putenfiletwürfeln mit Zitrone und Petersilie genießen.



WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Curry-Pasta mit Putenfiletwürfeln



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**