WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Mariniertes Putenfilet mit Caprese-Salat

Zutaten (für 4 Personen):

4 Putenfilets
4 EL Öl
2 TL italienische Kräuter
Salz und Pfeffer
400 g Tomaten
300 g Mini-Mozzarella
4 EL Balsamico
4 EL Pesto
Basilikum
50 g Pinienkerne



Nährwerte:

Pro Portion ca. 778 kcal, 54 g Fett, 18 g Kohlenhydrate, 41 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

circa 25 Minuten

WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Mariniertes Putenfilet mit Caprese-Salat

Zubereitung:

1. Zunächst 2 EL Öl mit den italienischen Kräutern mischen und die Hähnchenfilets rundherum mit der Marinade bestreichen.



2. Dann Hähnchenfilets von jeder Seite 5 bis 7 Minuten…



3. …scharf anbraten, bis sie goldbraun sind.

Mariniertes Putenfilet mit Caprese-Salat



4. Inzwischen Balsamico, restliches Öl und Pesto mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und Tomaten und Mozzarella unterheben.



5. Zum Schluss die Putenfilets aufschneiden, auf dem Caprese Salat anrichten, mit Pinienkernen und Basilikum bestreuen und genießen!



WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Mariniertes 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**