

## Putenpfanne mit Kohlrabi und Möhren

### Zutaten

**(für 4 Personen):**

500 g Putengeschnetzeltes  
2 EL Öl  
4 g Möhren  
2 Kohlrabi  
300 g Kartoffeln  
500 ml Gemüsebrühe  
400 g Schmand  
Salz (und Pfeffer optional)  
Petersilie



### Nährwerte:

Pro Portion ca. 506 kcal, 26 g Fett, 27 g Kohlenhydrate, 38 g Eiweiß

### Zubereitungszeit:

30 Minuten



## Putenpfanne mit Kohlrabi und Möhren

### Zubereitung:

1. Zuerst das Putengeschnetzelte in dem Öl...



2. ...von allen Seiten goldbraun anbraten und kurz zur Seite stellen.



3. Möhren, Kohlrabi und Kartoffeln schälen, kleinschneiden und in dem Bratfett andünsten.





## Putenpfanne mit Kohlrabi und Möhren

4. Alles mit Brühe, Schmand und Petersilie 15 Minuten köcheln lassen, bis das Gemüse gar ist. Dann mit Salz (und Pfeffer optional) abschmecken.



5. Zum Schluss das Putengeschnetzelte unterheben,...



6. ...alles noch mal kurz aufkochen und genießen. Lecker!





## Putenpfanne mit Kohlrabi und Möhren



### 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](http://www.deutsches-gefluegel.de)