WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

# Putenschnitzelstreifen auf Rhabarber-Reis

## *Zutaten (für 4 Personen):*

4 Putenschnitzel
2 Zwiebeln
2 Knoblauchzehen
3 Möhren
400 g Rhabarber
50 g Mandelblättchen
250 g Reis
200 ml Gemüsebrühe
300 g Joghurt
Minze
Petersilie
Salz und Pfeffer
4 EL Öl



## *Nährwerte:*

Pro Portion ca. 529 kcal, 20 g Fett, 33 g Kohlenhydrate, 49 g Eiweiß

## *Zubereitungszeit:*

circa 45 Minuten

WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

# Putenschnitzelstreifen auf Rhabarber-Reis

## *Zubereitung:*

1. Zuerst Zwiebeln, Knoblauch und Möhren schälen, kleinschneiden und in 2 EL Öl anrösten.



2. Rhabarber putzen und kleinschneiden. Mit den Mandelstiften in die Pfanne geben und 7 bis 10 Minuten mitbraten. Nebenbei den Reis garen.



3. Den gegarten Reis und die Brühe ebenfalls in die Pfannen geben und alles weitere 10 Minuten köcheln lassen. Dann mit Salz und Pfeffer abschmecken.

WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

# Putenschnitzelstreifen auf Rhabarber-Reis



4. Jetzt Joghurt mit gehackter Minze und Petersilie verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen.



5. Zum Schluss die Putenschnitzel in 2 EL Öl von jeder Seite 3 bis 4 Minuten anbraten, bis sie goldbraun sind und in Streifen schneiden.



WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

# Putenschnitzelstreifen auf Rhabarber-Reis

6. Zum kulinarischen Finale die Putenschnitzelstreifen auf dem Rhabarber-Reis anrichten und mit Kräuter-Joghurt genießen.






## 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**