

Putello Tonnato

Zutaten **(für 4 Personen):**

4 Putenschnitzel
1 EL Öl
3 Eier
1 Zitrone
1 Dose Thunfisch
6 Sardellen
2 EL Kapern
1 Baguette
roter Pfeffer



Nährwerte:

Pro Portion ca. 556 kcal, 16 g Fett, 34 g Kohlenhydrate, 40 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

circa 20 Minuten

Putello Tonnato

Zubereitung:

1. Die Eier hart kochen, pellen, klein schneiden. Thunfisch mit Öl, Eier, Zitronenabrieb, Sardellen und 1 EL Kapern pürieren.



2. Die Putenschnitzel in 1 EL Öl von beiden Seiten circa 2 bis 3 Minuten scharf anbraten und zur Seite stellen.



3. Restliche Kapern in der gleichen Pfanne circa 2 bis 3 Minuten anrösten.



Putello Tonnato

4. Die Putenschnitzel in Streifen schneiden, auf der Thunfischsauce anrichten und mit Kapern und rotem Pfeffer toppen. Baguette dazu reichen und Putello Tonnato 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-gefluegel.de**