

Gefüllte Putenschnitzel mit Zitronenmöhren

Zutaten (für 4 Personen):

4 dünne Putenschnitzel
4-6 TL Pesto
Pfeffer aus der Mühle
Salz
Zucker
8 dünne Scheiben Parmaschinken
8 Scheiben Mozzarella
1 Bund Möhren
1 unbehandelte Zitrone
½ Bund Basilikum
3 EL Rapso
2 EL Butter
Zitronenscheiben zum Garnieren



Gefüllte Putenschnitzel mit Zitronenmöhren

ein
Rapso[®]
Rezept

Zubereitung:

1. Die Schnitzel waschen, trocknen und jeweils quer halbieren. Flach klopfen und jedes Schnitzel dünn mit Pesto bestreichen. Mit Pfeffer würzen und mit 1 Schinkenscheibe und Mozzarella belegen.
2. Die Schnitzel überklappen und fest stecken. Möhren putzen, dabei evtl. etwas Grün stehen lassen. Möhren schälen. In wenig Salzwasser mit 1 Prise Zucker ca. 10 Minuten dünsten.
3. Zitrone heiß waschen, trocknen und die Schale abreiben. Eine Zitronenhälfte auspressen. Basilikum waschen, trocknen und die Blättchen von den Zweigen zupfen. 2 EL Rapso in einer Pfanne erhitzen und die Schnitzel darin portionsweise rundherum 4-6 Minuten braten.
4. Möhren abgießen und wieder in den Topf geben. 1-2 TL Zucker darüber streuen und unter Wenden leicht karamellisieren. Restliches Rapso zufügen. Butter, Zitronensaft, -schale und Basilikum untermengen. Die Schnitzel aus der Pfanne nehmen. Den Bratensatz mit 3-4 EL Wasser lösen und über die Schnitzel träufeln. Mit den Möhren anrichten und mit Zitronenscheiben garniert servieren.

Pro Portion ca. 551 kcal, 49 g E, 32 g F, 11 g KH

TIPP

Unser Sommelier empfiehlt zu diesem Gericht einen Lenz Moser Prestige Grünen Veltliner aus Niederösterreich.

