



Putengeschnetzeltes in pikanter Orangensoße

Zubereitung

Gewürfeltes Putenfleisch salzen, mit Paprika kräftig würzen und scharf anbraten. Aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen. In der gleichen Pfanne Karotten und Zwiebel anbraten, Fleisch wieder dazugeben. Mit der Suppe und dem Orangensaft aufgießen, 20 min. dünsten. Den Rahm unterrühren, mit Mehl stauben, pfeffern, Chili dazu, Rosmarinweig zugeben, Deckel drauf und nochmals 15 min. ziehen lassen.

Das Rezept (mit Foto) stammt von BONAfamilie-Fan Ulrike Schrenk.

Zutaten

600 g Pute

ca. 6 Karotten

1 Zwiebel

1/4l Gemüsesuppe

1/8l Orangensaft

1/2 Becher Sauerrahm

Salz, Pfeffer, süßer Paprika, Chili

1 Rosmarinweig