



Putengeschnetzeltes Mexican-Style

Zubereitung

Die Marinade mischen und das Fleisch darin einlegen. Danach das Fleisch in BONA Pflanzenöl anbraten und zur Seite stellen.

Zwiebel und Knoblauch in BONA Pflanzenöl anbraten, rote Bohnen dazu, Paprika dazu geben, anbraten. Danach edelsüßes Paprikapulver dazu geben und mit Gemüsebrühe aufgießen, Fleisch wieder dazu geben, das ganze auf niedriger Stufe ca. 10 Minuten köcheln lassen. Abschmecken mit Salz und weißem Pfeffer aus der Mühle. Stärke mit Wasser anrühren und die Soße damit binden.

Dazu passt Baguette, Nudeln oder Reis und natürlich Salat.

Dieses Rezept (mit Foto) stammt von Linda Brueckmann.

Zutaten

500 g Putengeschnetzeltes

Marinade:

1 Limette

BONA Pflanzenöl

1 TL Kreuzkümmel

½ TL Chiliflocken

2 EL Sojauce

Meersalz

Sauce:

1 Roter Paprika geschnitten

BONA Pflanzenöl

1 kl. Dose rote Bohnen

2 Zwiebel in Streifen geschnitten

2 Zehen Knoblauch gehackt

1 TL Edelsüßes Paprikapulver

Maisstärke zum binden