

Quick Pute



Rezept für 2 Portionen
Dauer: ca. 30 Minuten

Zutaten:

Zutat	Menge
Salz und Pfeffer	1 Prise(n)
Muskatnuss / Muskatnuß / Muskatnuß / Muskatnuss	1 Prise(n)
Chilisauce / Chilisoße	Etwas / nach Bedarf
Schlagobers / Rahm / Schlagsahne	200 ml
Putenfleisch	300 g

Zubereitung:

Das gewürfelte Putenfleisch mit der Chilisoße und der Sahne in ein Mikrowellengeschirr füllen und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. 15 Minuten in der Mikrowelle bei 650 Watt mit Deckel garen, dann weitere 15 Minuten im Backofen bei 180 Grad ohne Deckel fertig garen.

Dazu passt: Brot, Nudeln, Reis und Gemüse

Alternative: Alternativ zur Chilisauce kann auch Chilipulver verwendet werden!

Gutes Gelingen wünscht



Link zu diesem Rezept: <http://www.koch-idee.at/Rezept-283-Quick-Pute.html>
Mehr leckere Koch-Ideen zum Nachkochen gibts auf www.koch-idee.at