

Salat mit Putenstücken



Rezept für 2 Portionen

Dauer: ca. 30 Minuten

Zutaten:

Zutat	Menge
Putenfleisch	200 g
Schwarzer Pfeffer	Etwas / nach Bedarf
Salz	Etwas / nach Bedarf
Salatgurken	½ Stk.
Aceto Balsamico / Balsamessig / Balsamicoessig schwarz	Etwas / nach Bedarf
Maiskörner	½ Dose(n) / Becher
Tomaten / Paradeiser	2 Stk.
Sojasauce / Sojasoße / Shoyu	Etwas / nach Bedarf
Kürbiskernöl	Etwas / nach Bedarf
Sonnenblumenkerne / Sonnenblumenkörner	Etwas / nach Bedarf
Fett	Etwas / nach Bedarf
Eisbergsalat / Eissalat	0.3 Stk.
Paprikaschoten	1 Stk.

Zubereitung:

Gemüse waschen, fein schneiden und auf einem großen Teller schön anrichten.

Pute in Sojasauce wenden, salzen, pfeffern, in Fett anbraten.

Salat mit Dressing und Gewürzen anrichten,

Putenstücke darauf verteilen,

Körner anbraten,

über den Salat streuen und servieren.

Gutes Gelingen wünscht



Link zu diesem Rezept: <http://www.koch-idee.at/Rezept-718-Salat-mit-Putenstuecken.html>

Mehr leckere Koch-Ideen zum Nachkochen gibts auf www.koch-idee.at