Kohlrabiauflauf (mit Putenbrust)

Rezepte von BEPA Bio

Zutatenliste (4 Portionen):

Für die vegetarische Variante, das Putenschnitzel durch 500 g Austernpilze ersetzten und 2 EL Mehl bereithalten.

2 Kohlrabi, 2 Zwiebeln klein, 1 Bund Frühlingszwiebeln, 500 g Putenschnitzel, 3 EL Butter, 200 ml Sahne, 150 g Frischkäse, Muskat, Pfeffer

Zubereitung:

Den Kohlrabi vom Grün befreien und schälen. Die zarten Blättchen beiseite legen. Den Kohlrabi in dünne Scheiben schneiden und in kochendem Salzwasser etwa 2 min blanchieren. In ein Sieb geben und kalt abschrecken. Die Zwiebeln fein hacken. Die Bundzwiebeln und Kohlrabiblätter in feine Streifen schneiden. Die Putenschnitzel schräg zur Faser in etwa 1cm dicke Streifen schneiden. In einer Pfanne 1 EL Butter erhitzen und das Fleisch rundum braun anbraten, salzen, pfeffern und heraus nehmen. Den Backofen auf 200 °C vorheizen. Die Zwiebeln im verbliebenen Bratfett andünsten, die Sahne und den Kräuterfrischkäse einrühren und um ein Drittel einkochen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Die Zwiebelröhrchen und die Kohlrabiblättchen zugeben. Eine feuerfeste Form mit der restl. Butter ausfetten. Die Kohlrabischeiben dachziegelartig hineinlegen und die Putenstreifen darauf verteilen. Die Sahnesauce drübergießen und im Backofen ca. 40 min backen.

Für die vegetarische Variante:

Stiele der Austernpilze entfernen und längs in 1 cm breite streifen schneiden. Pilze anschließend in eine Tüte geben und 2 El Mehl hinzufügen. Die Tüte verschließen und gut schütteln so dass sich das Mehl gleichmäßig auf den Pilzen verteilt. Dann werden die Pilze wie das Fleisch in Butter in einer Pfanne rundrum goldbraun angebraten

Viele weitere tolle Rezeptideen finden Sie auf...

www.BEPABio.ch