



Feurige Putenpfanne

Zutaten

- 150 g rote Paprikaschoten
- 150 g grüne Paprikaschoten
- 40 g Frühlingszwiebeln
- 500 g Putenbrustfilets
- 2 EL THOMY Reines Rapsöl
- 150 ml Schlagsahne
- 5 TL Maggi Würze Hot (120 g Flasche)
- 2 EL Soßenbinder für helle Soßen
- etwas Salz
- etwas Pfeffer

Zubereitung

1. Paprikaschoten waschen, Kerne und weiße Innenhäute entfernen und in Würfel schneiden. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in Ringe schneiden.
2. Putenbrustfilets waschen, trocken tupfen und in kleine Würfel (1 x 1 cm) schneiden.
3. In einer Pfanne THOMY Reines Rapsöl heiß werden lassen. Putenbrustwürfel darin anbraten. Paprika zugeben und mitbraten. Sahne zugießen. Frühlingszwiebeln zugeben, MAGGI Würze Hot unterrühren und ca. 5 Min. bei geringer Wärmezufuhr in der Pfanne köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen und abschmecken. Mit Soßenbinder bis zur gewünschten Sämigkeit binden. Dazu schmeckt Baguette oder Reis.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	12 g
Energie	348 kcal
Fett	19 g
Protein	33 g

⌚ 30 Minuten

⊕ 4 Portionen