



KAUFHAUS
Rauscher
SEIT 1952

Putenbrust mit Spargel



Zutaten:

400 g grüner Spargel
800 g Putenbrustfilets
6 Knoblauchzehen
6 KL Oregano
2 KL Thymian
1 KL Rosmarin
1 KL Basilikum
1 Zitrone
4 Löffel Butter

Zubereitung:

Spargel eventuell waschen und die holzigen Enden abschneiden.

Oregano, Thymian, Rosmarin und Basilikum vermengen. Die Putenbrustfilets damit einreiben.

Butter in einer Pfanne schmelzen. Saft von einer Zitrone dazu geben. Knoblauch grob hacken und darin kurz anrösten.

Die Putenbrüste in die Pfanne geben. Auf beiden Seiten anbraten. Mit Wasser aufgießen. Den Spargel auf die Putenbrüste legen. Die Pfanne mit einem Deckel zudecken und alles bei geringer Hitze garen lassen. Entweder bis das Wasser verkocht ist, oder immer wieder aufgießen, bis der Spargel bissfest ist.

Tipp:

Wer möchte kann vorm Servieren noch schnell ein paar Pinienkerne im Bratensaft schwenken und das Essen damit garnieren.