Putenbrust in Paprika – Sahnesoße

Mit Frischkäse

<u>Zutaten</u>
Putenbrust 1,2 kg
5 Stück bunte Paprika
1 Knoblauchzehe
500ml Hühnerfond oder Hühnerbrühe
ca. 150 ml Milch
200ml saure Sahne
200ml Sahne
300g Frischkäse, mit Kräutern
40g Butter
2 gehäufte EL Mehl
1 EL Senf
2 TL Zitronensaft
1 TL Basilikum
Etwas Muskat
½ TL Paprika scharf
Salz, Pfeffer, eine Prise Zucker
1TL Speisestärke

So funktioniert es!
Die Paprika, entkernen und in Mund gerechte Stücke schneiden. 2 – 3cm
Gleich in den Ofenmeister geben.
Die Putenbrust abspülen und trocknen.
Mit Salz, Pfeffer würzen und mit dem Senf ringsum einreiben.
Das Fleisch auf die Paprika, im Ofenmeister legen.
Im vorgeheizten Ofen 230C mit Deckel ca. 15 - 20 Minuten garen.

Die Soße!
Butter im Topf schmelzen die fein gehackte Knoblauchzehe etwas andünsten.
Mit dem Mehl eine Mehlschwitze richten
Mit dem Hühnerfond ablöschen.
Sahne und Frischkäse dazu geben.
Mit Milch die gewünschte Konsistenz einstellen.
Mit Salz Pfeffer, Paprika scharf, Basilikum, etwas Muskat und Zitronensaft würzen.
Einmal richtig aufkochen lassen und die Herdplatte dann ausstellen
Die saure Sahne mit 2 – 3 EL der heißen Soße und der Speisestärke vermengen. und mit in die Soße geben.
Abschmecken und mit einer Prise Zucker die Soße abrunden.

So geht es weiter!
Den Ofenmeister aus dem Ofen heben und die Soße über das Fleisch geben.
Das Fleisch sollte 2/3 bedeckt sein.
Ofen Temperatur auf 100C stellen und die Putenbrust mit Deckel für 30 -35 Minuten in der Soße gar ziehen lassen.
Mein Tipp:
Wer die Putenbrust etwas gebräunt möchte, gibt die Soße neben das Fleisch in den Ofenmeister und entfernt nach 20 Minuten den Deckel.
Mit Umluft bei 240C für 10 – 15 Minuten backen bis die gewünschte bräune da ist.

Dazu passt Brokkoli, Blumenkohl und Kroketten oder Reis.

Guten Appetit!

www.witt-pc.de

Peter Witt selbstständiger Direktor bei Pampered Chef Flurweg 7, 86871 Rammingen Tel. 0171 46 58 481