

# PUTENRAGOUT MIT BUNTEM GEMÜSE

Rezept von [www.daskochbuch.eu](http://www.daskochbuch.eu)



## Zutaten:

- 500 g Putenbrust
- 1 große Zwiebel
- 300 ml Gemüsesuppe
- 200g TK Erbsen
- 200g TK Karotten
- 150g Maiskörner (Dose)
- Salz
- Pfeffer
- 1 geh. TL Paprikapulver edelsüß
- 1/2 Becher Sauerrahm
- 3 geh. TL griffiges Mehl
- etwas Öl

## Zubereitung:

Erbsen und Karotten auftauen, Maiskörner gut abtropfen lassen. Putenbrust in schmale Streifen schneiden, Zwiebel schälen und klein hacken. Putenbruststreifen in heißem Öl rasch anbraten, leicht Farbe nehmen lassen, Zwiebel zugeben und glasig rösten. Erbsen, Karotten und Maiskörner zufügen, mit Gemüsesuppe aufgießen und ca. 10 Minuten köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver abschmecken. Sauerrahm und Mehl glattrühren. Putenpfanne vom Herd nehmen, Sauerrahm einrühren, danach nochmals kurz aufkochen lassen.

Das Putenragout mit Spätzle, Nudeln oder Reis servieren.