

Wohlige Winterküche
 ESSEN & TRINKEN *live*MAGAZIN – Januar – Februar 2019
 Rezept/Foto: © deutsches-gefluegel.de

Gemüsetopf mit Pute und Süßkartoffeln

Zutaten für 4 Personen

500 g Putenbrustfilet, 4 Süßkartoffeln (ca. 750 g), 1
 Stange Porree (ca. 175 g), 1 Gemüsezwiebel (ca. 400
 g), 1 Knoblauchzehe, 1 EL Rapsöl, 1 Sternanis, ½
 TL Zimt, ½ TL Koriander, Salz, Pfeffer, 1,2 l
 Gemüsebrühe, 1 Bund Oregano

Zubereitung:

Die Süßkartoffeln schälen, waschen und in Würfel schneiden. Den Porree waschen, putzen und in Ringe schneiden. Die Zwiebel schälen und in Streifen schneiden. Den Knoblauch schälen und fein würfeln. Die Putenbrust in dünne Streifen schneiden. Öl in einem Kochtopf erhitzen und die Putenstreifen goldbraun anbraten. Mit den Gewürzen bestreuen, mit Pfeffer und Salz würzen und herausnehmen. In dem Topf Porree, Zwiebel und Knoblauch im Bratfett andünsten und anschließend Kartoffelwürfel und Brühe zufügen und ca. 15 Minuten garen. Die Hälfte vom Oregano fein hacken, mit den Putenstreifen in den Eintopf geben und ca. 8 Minuten mitgaren. Abschmecken und zusammen mit dem übrigen Oregano anrichten.



Tipp: Anstatt mit Süßkartoffeln kann dieses Rezept auch mit Kartoffeln und Möhren zubereitet werden.