

Puten-Geschnetzeltes mit Kokos-Milch

Für 2 Personen

300 g Putenfilet	1 Zwiebel	1 Zehe Knoblauch
200 g Champignons, weiß	150 ml Kokosmilch	100 ml Geflügelfond
1 Chilischote, rot	Olivenöl	Salz
Pfeffer, schwarz		

Den Backofen auf 90 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Putenfilets waschen und trocken tupfen. Das Fleisch salzen, pfeffern und kurz in etwas Öl anbraten. Anschließend warm stellen. Die Chilischote längs halbieren, entkernen und fein würfeln. Die Knoblauchzehe und die Zwiebel abziehen und in feine Würfel schneiden. Die Champignons putzen. Die Champignons in einer Pfanne in Olivenöl anbraten, die Zwiebel und den Knoblauch dazugeben, etwas Farbe annehmen lassen und mit 50 Milliliter Fond ablöschen. Das Ganze etwas reduzieren lassen, nach und nach den restlichen Fond angießen und je nach gewünschtem Schärfegrad von der Chilischote dazugeben. Abschließend die Kokosmilch hinzufügen, das Fleisch hineinlegen, nochmals etwas einköcheln lassen und mit Salz und Pfeffer verfeinern. Das Putengeschnetzelte mit den Champignons und der Kokosmilch auf Tellern anrichten.

Christian Siegl am 17. September 2009