

Puten-Steak in Balkan-Soße mit geschabten Spätzle

Für zwei Personen

Für das Putensteak:

500 g Putenbrust	1 rote Paprika	1 Gemüsezwiebel
2 Zw krause Petersilie	60 g Speckwürfel	3 EL Ketchup
250 Fleischfond	1 Pr gemahlener Chili	Sonnenblumenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Spätzle:

200 g Mehl	4 Eier	1 Muskatnuss
1 Pr Kurkuma	40 g Butter	Salz

Für das Putensteak: Das Fleisch abbrausen, trocken tupfen, und in 1 cm breite Scheiben schneiden. Mit Salz würzen und in einer Pfanne mit Öl anbraten. Anschließend mit Pfeffer würzen und warmhalten. Die Petersilie abbrausen, trocken wedeln und klein hacken.

Paprika vom Stiel und Samen trennen, halbieren, waschen und in schmale Streifen schneiden. Zwiebel abziehen, halbieren und ebenfalls in schmale Streifen schneiden. Öl in einen Topf geben, den Speck dazu geben und anbraten. Nach 3 Minuten Paprika und Zwiebel dazugeben. Nach weiteren 5 Minuten das Ganze mit dem Fleischfond ablöschen. Ketchup dazu geben und mit Chili, Salz und Pfeffer abschmecken. Für 10 Minuten köcheln lassen.

Für die Spätzle: In einer Schüssel die aufgeschlagenen Eier mit dem Mehl, Kurkuma, geriebener Muskatnuss sowie einer Prise Salz vermengen.

In einem Topf Salzwasser zum kochen bringen. Den Teig auf ein Holzbrett geben und mit einem langen Messer dünne Streifen in das heiße Wasser schaben. Nach 1-2 Minuten aus dem Wasser holen, sobald sie an der Oberfläche schwimmen. In eine Schüssel geben und die Butter darüber verlaufen lassen.

Putensteak auf Tellern anrichten, Petersilie darüber streuen, Balkansauce daneben platzieren und zusammen mit den Spätzle servieren.

Christian König am 20. Februar 2017