

## Puten-Geschnetzeltes mit Porree in feiner Rahmsoße

### Für vier Portionen

600 g Putenfilet	200 g Champignons	1 Bund Petersilie, glatt
2 Stangen Porree	2 EL Butter	1 EL Pflanzenöl
400 g Sahne	150 ml Weißwein, trocken	1 Zitrone, unbehandelt
250 g Reis	1 Kopfsalat, klein	2 Frühlingszwiebeln
6 EL Olivenöl	3 EL Weißweinessig	1 TL Honig
1 TL Senf, mittelscharf	1 Bund Kräuter	Zucker, Salz
Pfeffer, schwarz		

Den Reis nach Packungsanweisung in kochendem Salzwasser zubereiten. Das Putenfilet abbrausen, trocken tupfen und in Streifen schneiden. Die Champignons säubern, putzen und je nach Größe halbieren. Anschließend den Porree putzen, in feinste Ringe schneiden, abbrausen und abtropfen lassen. Jeweils einen Esslöffel Pflanzenöl und Butter in einer Pfanne erhitzen und das Porreegemüse darin unter Rühren ein bis zwei Minuten andünsten. Mit Weißwein ablöschen und mit Salz und Pfeffer würzen. In der Zwischenzeit einen Esslöffel Butter in einer weiteren Pfanne erhitzen und die Putenbruststreifen darin scharf anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend vom Herd nehmen und das Fleisch mit dem Bratensaft, den Champignons sowie der Sahne zum Porree geben. Die glatte Petersilie abbrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein hacken. Dreiviertel der Petersilie ebenfalls zum Porree geben. Alles zugedeckt bei mittlerer Hitze etwa fünf bis acht Minuten köcheln lassen. Die Schale der Zitrone abreiben und den Saft auspressen. Das Geschnetzelte mit dem Zitronenabrieb, dem Zitronensaft, Salz, Pfeffer sowie etwas Zucker abschmecken. Den Reis abgießen, abtropfen lassen, mit dem Sahne-geschnetzelten auf Tellern anrichten und mit der restlichen Petersilie bestreuen. Den Kopfsalat putzen, grob zerrupfen, abbrausen und gut abtropfen lassen. Die Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden. Für die Vinaigrette den Essig mit dem Honig und dem Senf verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die gemischten Kräuter abbrausen, trocken schleudern, die Blätter abzupfen sowie fein hacken und untermischen. Unter Rühren das Olivenöl einfließen lassen. Die Salatblätter sowie die Frühlingszwiebeln vorsichtig mit der Vinaigrette vermengen und sofort zum Geschnetzelten servieren.

Horst Lichter am 09. Juni 2012