

# Putengeschnetzeltes mit grünem Spargel

## Zubereitungszeit:

30 Minuten

## Zutaten:

400 g Spargel, grün | 600 g Putenschnitzel | 1 EL Öl | 10 g Butter | 400 ml Geflügelbrühe | 1/2 Bund Kerbel | 100 ml Schlagsahne | 1 Zitrone, die Schale dünn abgerieben | 1 EL Zitronensaft | Salz und Pfeffer | 3 EL Soßenbinder

## Zubereitung:

1. Den Spargel putzen und in Stücke schneiden.
2. Die Putenschnitzel in Streifen schneiden.
3. Öl und Butter in einer Pfanne erhitzen. Das Putenfleisch ca. 4 Minuten anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und abschmecken. Das Putenfleisch herausnehmen und beiseitestellen.
4. Geflügelbrühe in die Pfanne gießen und den Spargel darin abgedeckt ca. 8 Minuten garen. Kerbel waschen, trockentupfen und hacken.
5. Putenfleisch, Sahne, Kerbel, Zitronensaft- und schale zum Spargel geben und kurz aufkochen lassen. Die Soße mit Soßenbinder andicken. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



# Fruchtiger Radicchio-Fenchel-Salat

## Zubereitungszeit:

15 Minuten

## Zutaten (für 4 Personen):

1 Kopf Radicchio | 1 Fenchelknolle | 3 Karotten | 2 Orangen | 1 Handvoll Walnusskerne | 2 EL Rotweinessig | 2 EL Öl, z. B. Knoblauchöl | Salz und Pfeffer | Zucker

## Zubereitung:

1. Zunächst den Radicchio und den Fenchel waschen und putzen. Dann jeweils halbieren und in feine Streifen schneiden.
2. Die Karotten schälen und in feine Streifen schneiden.
3. Die Orangen filetieren und den Saft auffangen.
4. Den Essig und den Orangensaft miteinander verrühren und das Dressing mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Im Anschluss das Öl einrühren.
5. Fenchel, Radicchio und Karotten mit dem Dressing vermischen.
6. Walnüsse hacken.
7. Die Orangenfilets auf den Salat geben und den Salat mit den gehackten Walnüssen bestreuen.

