

Puten-Geschnetzeltes mit Spätzle und Feldsalat

Für zwei Personen

300 g Putenfilet	100 g braune Champignons	100 g Cocktailtomaten
150 g Feldsalat	2 Schalotten	1/2 Bund Schnittlauch
1 Muskatnuss	3 Eier	200 g Schmand
300 g Mehl	150 g Butter	1 EL Senf
300 ml Gemüsefond	200 ml Weißwein	200 ml Balsamicoessig
1 EL Zuckerrübensirup	1 EL Sojasoße	100 ml Olivenöl
Pflanzenöl, Speisestärke	Salz, Pfeffer	

Den Backofen auf 80 Grad Ober/-Unterhitze vorheizen. Das Mehl, die Butter und die drei Eier in einer Schüssel vermengen. Etwas von der Muskatnuss abreiben und 100 Milliliter Wasser dazugeben. Mit Salz abschmecken. Den Spätzleteig zehn Minuten ziehen lassen. Anschließend den Teig durch die Spätzlepresse drücken. Die geformten Spätzle in einem Topf mit reichlich Salzwasser garkochen. Das Putenfilet waschen, trocken tupfen und klein schneiden. In der Speisestärke und der Sojasoße einlegen und ziehen lassen. Den Feldsalat und die Tomaten waschen und trocken tupfen. Für das Dressing, das Olivenöl, den Balsamicoessig, den Senf und den Zuckerrübensirup vermengen. Anschließend zu dem Salat und den Tomaten geben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Schalotten abziehen, in Würfel hacken und in einer Pfanne anbraten. Mit dem Weißwein und etwas Gemüsefond ablöschen und einkochen lassen. Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen und das Putenfilet in einer Pfanne kurz anbraten. Die Schalotten aus der Pfanne nehmen. Das Putenfilet auf einem Teller warm stellen. Für die Soße den Bratensaft mit etwas Weißwein ablöschen und den Schmand untermengen. Anschließend die Champignons waschen, trocken tupfen, klein schneiden und hinzugeben. Den Schnittlauch klein hacken und die eingekochten Schalotten beifügen. Nun die Spätzle abgießen, kurz in Butter schwenken und das Putenfilet unter die Soße mischen. Das Putengeschnetzelte mit den Spätzle auf einem Teller anrichten und servieren.

Julia Barten am 27. August 2012