

Putenröllchen auf Ackersalat

Ein Rezept aus der light - und Vollwert - Küche.

Zutaten für 4 Portionen

8 dünne Putenschnitzel,
800 g Ackersalat (Feldsalat, Rapunzel),
100 g Champignons, kleine weiße,
1 Bund Radieschen,
8 TL körniger Senf (kein süßer
Weißwurstsenf),
2 Körbchen Kresse,
2 EL Bratöl,
5 EL Walnussöl,
2 EL Weißweinessig,
125 ml Fleischbrühe,
Salz, Zucker, weißer Pfeffer frisch gemahlen,
8 Holzspießchen.



Zubereitung

Den Ackersalat putzen, dabei große Röschen teilen, gründlich waschen und trocken schleudern. Die Champignons putzen, eventuell mit feuchtem Haushaltspapier abreiben, braune Stellen wegschneiden und in sehr dünne Scheiben schneiden. Die Radieschen waschen, vom Kraut schneiden und in dünne Scheiben schneiden. Acht Radieschen vom Blattansatz her sternförmig einschneiden. Radieschen Scheiben und die Deko – Radieschen leicht salzen.

Die Putenschnitzel in einer stabilen Gefiertüte dünn ausklopfen und mit Senf bestreichen. Vom Kresse – Körbchen mit einer Schere etwas Kresse abschneiden und darauf streuen. Die Putenschnitzel auf rollen und mit einem Holzspießchen fest stecken. Außen mit Salz und Pfeffer würzen. In einer großen Pfanne das Bratöl erhitzen und die Putenröllchen darin rundherum (soweit wegen Spieße möglich) anbraten. Mit der Fleischbrühe aufgießen, Deckel auf die Pfanne und 8 Min. köcheln lassen.

In einer Glasschüssel das Walnussöl mit dem Weißweinessig mit dem Schneebesen aufschlagen. Mit Salz, Zucker und Pfeffer abschmecken. Den Ackersalat, die Champignonscheiben und die Radieschen auf einem großen flachen Teller verteilen. Mit der Vinaigrette beträufeln.

Die gegarten Putenröllchen aufschneiden (halbieren) und zu dem Salat anrichten. Etwas von der Sauce durch ein Kaffeesieb auf die Putenröllchen träufeln.