

Pute au lait

2	rote Paprika
4	Knoblauchzehen
	Zitronenschale
800 g	Putenbrust
	Butterschmalz oder neutrales Öl
2 Zweige	Rosmarin
500 ml	Milch
1 – 2 EL	Stärkemehl
2 EL	Schnittlauchröllchen
	Salz, Pfeffer

Die Putenbrust in Butterschmalz oder Öl anbraten.

Rote Paprika in Spalten schneiden, mit Zitronenschale und den in der Schale angeprägten Knoblauchzehen in die Pfanne geben. Rosmarin 1 Minute mitbraten.

Mit der Milch ablöschen.

Das ganze bei 160 Grad auf mittlerer Schiene in den Backofen geben (Umluft nicht empfehlenswert) und 45 – 50 Minuten schmoren. Dabei regelmäßig den Braten mit der Milch übergießen.

Den Braten aus dem Ofen nehmen und die Sauce durch ein Sieb in einen Topf geben. Stärkemehl in einem Rest Sauce anrühren und darunter geben, kurz aufkochen.

Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Aus dem Paprika den Rosmarin und den Knoblauch entfernen.

Den Braten in Scheiben schneiden, mit Paprika, Sauce und Schnittlauch servieren.

Tipp: Dazu passen grüne Bohnen und Salzkartoffeln.