Eierschwammerlgemüse mit Pute

Mit gesunden, leichten Rezepten etwas Leckeres zaubern: Eierschwammerlgemüse mit Pute, ganz einfach und köstlich – so macht Kochen Spaß!

Verfasser: Lisa

Arbeitszeit: 20 min

Koch/Backzeit: 15 min

Gesamtzeit: 35 min

Foto: Lisa

Zutaten

250 g	Putenfleisch
1 Stk.	Zucchini
1 Stk.	Zwiebel
1 Stk.	Paprika (rot)
1 Stk.	Paprika (grün)
150 g	Eierschwammerln
Nach Belieben	Öl (für die Pfanne)
Nach Belieben	Grillgewürz
Nach Belieben	Gemüsesuppe

Zubereitung

1. Für das Eierschwammerlgemüse mit Pute zunächst die Zwiebel abziehen und fein hacken. Paprika und Zucchini waschen, putzen und in kleine Würfel schneiden. Die Eierschwammerl gründlich putzen, bei Bedarf etwas kleiner schneiden. Das Gemüse und die Eierschwammerl in eine Schale geben, Grillgewürz nach Geschmack zugeben und gut durchmischen. Das Putenfleisch in mundgerechte Stücke schneiden.

2. Ein wenig Öl in einer Pfanne erhitzen. Das Fleisch einige Minuten anbraten. Anschließend Gemüse und Eierschwammerl zufügen, durchmischen und anbraten. Mit Gemüsesuppe ablöschen und fertiggaren.

Tipp

Für das Eierschwammerlgemüse mit Pute kann man natürlich auch Hühnchen oder Schweinefleisch verwenden. Wenn es keine Eierschwammerl gibt, schmecken auch andere Pilze.