Putenbrust mit Ofengemüse

Bei diesem Rezept muss man auf nichts verzichten. Die Putenbrust mit Ofengemüse begeistert Fleisch- und Gemüsefans gleichermaßen!

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 25 min

Koch/Backzeit: 45 min

Gesamtzeit: 1,2 h

Foto: Katrin Morenz

Zutaten

4 Stk.	Kartoffeln (festkochend, a 300g)
400 g	Auberginen
400 g	Zucchini
1 Stk.	Gelber Paprika
1 Stk.	Paprika rot
1 Stk.	Zwiebel
5 EL	Olivenöl
4 Zweige	Rosmarin
250 g	Champignons
2 Stk.	Knoblauch
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer
800 g	Putenbrust
	Öl (zum Anbraten)
0.5 Bündel	Schnittlauch
0.5 Bündel	Petersilie
200 g	Creme Fresh

Zubereitung

1. Für die **Putenbrust mit Ofengemüse** einen Topf mit reichlich Salzwasser erhitzen. Die

Kartoffeln unter kaltem Wasser gründlich waschen und dann mit Schale in das kochende Wasser geben. Dort ca. 15 Minuten kochen lassen.

2. In der Zwischenzeit Auberginen waschen und grob würfeln. Paprika waschen, putzen und in kleine Stücke schneiden. Zucchini waschen und (je nach Größe zuerst längs halbieren) in Scheiben schneiden. Champignons putzen und in Scheiben schneiden.

3. Zwiebel schälen und in dünne Spalten schneiden. Knoblauch schälen und - je nach Geschmack - fein oder grob hacken. Rosmarin waschen und trocken schütteln. Den Backofen auf 200°C (Umluft: 180°) vorheizen.

4. Kartoffeln abgießen und einzeln in Alufolie wickeln und auf ein Backblech legen. Im Backofen ca. 45 Minuten garen lassen. Währenddessen die Auberginen, Paprika, Zucchini, Champignons, Zwiebeln und Knoblauch vermengen.

5. Die Gemüsemischung mit Olivenöl übergießen, salzen und pfeffern. Alles gut verrühren und in eine feuerfeste Form füllen. Rosmarinzweige darauf legen und alles im Ofen ca. 30 Minuten garen lassen.

6. In der Zwischenzeit Schnittlauch und Petersilie waschen, trocken schütteln und fein hacken. Crème fraîche mit jeweils der Hälfte Schnittlauch und Petersilie verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen.

7. Kurz vor Ende der Garzeit die Putenbrust waschen, trocken tupfen und in kleine Putensteaks schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin rundherum scharf anbraten. Putenbrust salzen, pfeffern und mit dem restlichen Schnittlauch und Petersilie bestreuen.

8. Kartoffeln aus dem Ofen nehmen und die Alufolie leicht öffnen. Kartoffeln auf einer Seite kreuzweise einschneiden und leicht auseinanderdrücken. Kurz abdampfen lassen und Kräutercreme darauf geben.

9. Gemüse aus dem Ofen nehmen und den Rosmarin entfernen. Zusammen mit den Ofenkartoffeln und der Putenbrust anrichten und sofort servieren.

Tipp

Wer kohlenhydratarm kochen möchte, lässt die Ofenkartoffel als Beilage für die Putenbrust mit Ofengemüse einfach weg.