Puten-Rouladen mit Kapernfüllung und Gnocchi



Zeit gesamt
40min

Zubereitungszeit
40min

Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Putenbrustschnitzel	600 g
Frühlingszwiebeln	3 St.
Kapern	2 EL
Parmesan	25 g
Öl	3 EL
Schwarzwälder Schinken	100 g
Pfeffer, schwarz	
Salz	
Rotwein, trocken	200 ml
Gemüsebrühe	300 ml
Balsamicoessig, hell	1 TL
Gnocchi, frisch	800 g
Speisestärke	2 TL
Zucker	

Zubereitung

Küchenutensilien

großer Topf, große Pfanne, Sieb

1. Puten-Fleisch waschen, trocken tupfen und zwischen zwei Folien etwas flach klopfen. Frühlingszwiebeln waschen, Enden entfernen und leicht schräg in Ringe schneiden. Kapern abtropfen lassen und ebenfalls hacken. Parmesan fein reiben.

2. In einer Schüssel Parmesan, Frühlingszwiebeln, Kapern und 1 EL Öl mischen. Je ein Putenschnitzel auf eine Schinkenscheibe legen, pfeffern, mit Kapernmasse bestreichen, aufrollen und mit Holzspießchen feststecken.

3. In einem Topf ca. 5 l Salzwasser abgedeckt zum Kochen bringen. In einem weiteren Topf übriges Öl auf mittlerer bis hoher Stufe erhitzen und die Rouladen rundherum ca. 5 Min. anbraten. Dabei mit der überlappenden Seite beginnen. Wein, Brühe und 1 TL Essig zufügen und zugedeckt ca. 8–10 Min. auf niedriger Stufe köcheln lassen.

4. Inzwischen Gnocchi im siedenden Salzwasser ca. 3 Min. garen und in ein Sieb abgießen. In einer Schüssel Speisestärke mit 2 EL kaltem Wasser anrühren. Puten-Rouladen aus dem Topf nehmen, Speisestärke in die Soße rühren und ca. 3 Min. köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer, Zucker und Essig abschmecken. Rouladen in die Soße zurückgeben und mit Gnocchi servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	669 kcal
Kohlenhydrate	73 g
Eiweiß	53 g
Ballaststoffe	5 g
Fette	14 g