



Putenpiccata mit Pappardelle, Parmesan und cremigem Zitronenlauch

Zeit gesamt
35minZubereitungszeit
35minSchwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Putenbrustfilet	600 g
Zitronen	1 St.
Lauch	1 St.
Schnittlauch, frisch	15 g
Salz	
Weizenmehl, Type 405	2 EL
Eier	2 St.
Parmesan	50 g
Öl	3 EL
Pappardelle, frisch	800 g
Crème fraîche	100 g
Pfeffer, schwarz gemahlen	
Zucker	

Zubereitung



Küchenutensilien

Teller, großer Topf mit Deckel, große Pfanne, Sieb, feine Reibe, Küchenpapier

1. Ofen auf 100 °C (Umluft) vorheizen. Putenbrustfilets waschen, trocken tupfen und zum Temperieren beiseitelegen. Zitrone heiß abwaschen, etwa 1 TL Schale fein abreiben, halbieren und Saft auspressen.
2. Wurzelansatz des Lauchs entfernen und Lauch längs halbieren. Lauchstangen am unteren Ende halten, fächerförmig aufklappen und gründlich waschen. Anschließend schräg in dünne Streifen schneiden. Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in feine Ringe schneiden.
3. Putenbrustfilets jeweils quer halbieren (sodass 8 flache Schnitzel entstehen) und salzen. Einen Teller mit Mehl und einen weiteren Teller mit verquirten Eiern, ca. der Hälfte des Schnittlauchs und dem Zitronenabrieb vorbereiten. Parmesan fein reiben und unter die Eier mengen. In einem Topf etwa 5 l Salzwasser zugedeckt aufkochen.
4. Filets nacheinander in Mehl und dann im Ei-Parmesan-Mix wenden. In einer Pfanne 2 EL Öl auf mittlerer Stufe erhitzen. Fleisch darin ca. 2 Min. von jeder Seite goldbraun anbraten. Piccata auf Küchenkrepp abtropfen und anschließend auf einem Teller im Ofen warm halten. Pfanne säubern.
5. Pasta im kochenden Salzwasser ca. 4 Min. al dente garen. Inzwischen 1 EL Öl in der gesäuerten Pfanne auf mittlerer Stufe erhitzen und Lauch darin ca. 4 Min. anbraten.

Mit 100 ml Pastawasser ablöschen und 100 g Crème fraîche unter den Lauch rühren.
Mit Salz, Pfeffer, Zucker und etwas Zitronensaft würzig abschmecken.

6. Pasta in ein Sieb abgießen, sofort mit dem cremigen Zitronenlauch mischen, ggf. nochmals abschmecken und in tiefen Tellern anrichten. Mit Putenpiccata belegen und mit restlichem Schnittlauch bestreut servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	1138 kcal
Kohlenhydrate	162 g
Eiweiß	70 g
Ballaststoffe	2 g
Fette	22 g