

Tacchino Tonnato

Gesottene Putenbrust an Thunfischsauce
mit Rucola-Tomaten-Salat



Etwa
369 kcal
pro Portion



Zubereitung

Die Putenbrust von Fett befreien und in einer Brühe, ohne zu stark zu kochen, langsam garen. Diese in der Brühe abkühlen lassen und anschließend in dünne Scheiben schneiden.

Für die Sauce den Thunfisch aus der Dose gut abtropfen lassen und mit Kapern, Knoblauch, Sauerrahm, Salz und etwas Zitronensaft mit einem Stabmixer zu einer homogenen Sauce pürieren. Rucola waschen und die Tomaten in Scheiben schneiden.

Dies nun auf den Teller geben und aus Olivenöl, Essig, Salz, Zucker und etwas Wasser ein Dressing herstellen. Den Salat damit marinieren. Die Putenbrustscheiben auf dem Teller rundherum anrichten und mit der Thunfischsauce überziehen.

Mit den Kapernbeeren garnieren. Guten Appetit.

Zutaten für 4 Portionen

500 g Putenbrust
80 g Thunfisch ohne Öl
40 g Kapern
40 g Kapernbeeren
80 g Sauerrahm
1 EL Olivenöl
1 Knoblauchzehe
1 TL Zitronensaft
1 Pack Rucola
4 Tomaten
3 EL Balsamicoessig