

Putensteak mit Ananas-Curry-Sauce bei SehrLecker.de



Die Zutaten:

250 gr Reis, 4 Putensteaks (a etwa 140 g), 1 Prise Salz, 1 Prise Pfeffer, 1 Dose Ananas (Abtropfgewicht: 260 g), 0,5 kleine Dose Pfirsiche (Abtropfgewicht: 125 g), 2 Esslöffel Butter, 150 gr Currysauce (Fertigprodukt), 50 gr Schlagsahne.

Die Vorbereitungen:

Reis nach Packungsangabe in Salzwasser garen.

Fleisch abbrausen, trockentupfen, salzen und pfeffern. Ananas abgießen, Saft auffangen, Pfirsiche ebenfalls abgießen, Früchte in Stücke teilen.□

Die Zubereitung:

Butter in einer Pfanne erhitzen. Steaks von beiden Seiten 1 Minute anbraten und aus der Pfanne nehmen. Früchte ins Bratfett geben, kurz anbraten. 5 EL Ananassaft, Currysauce und Sahne angießen. Sauce 5 Minuten einköcheln lassen, salzen, pfeffern. Steaks auf die Früchte setzen, zugedeckt in 5 Minuten gar ziehen lassen. Reis mit Früchte-Sahne-Sauce und Steaks auf Tellern anrichten.

TIPP:

4 EL Mandelblättchen in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten und zum Servieren über die Sauce streuen, Verleiht dem Gericht zusätzlich Biss.