

Putenteilchen mit Knusperpanade

Die schnelle Küche – das lieben auch die Kinder

Zutaten

- 500 g Putenfleisch
- 250 g Cornflakes ohne Zucker
- 1 Stück Ingwer
- 1 Knoblauchzehe
- 100 ml Pflanzenöl
- 3 EL Sojasauce
- 1 TL Currypulver
- 1 TL Paprikapulver
- 1 TL Speisestärke



Zubereitung

Den Ingwer und den Knoblauch sehr fein hacken und mit Öl, Sojasauce, Curry, Paprika und Speisestärke gut verrühren. Das Putenfleisch in Stücke oder in Streifen schneiden und mit der Marinade gut vermischen. Ein bis zwei Stunden durchziehen lassen.

Die Cornflakes zerbröseln und das Fleisch damit panieren.

Die panierten Putenteilchen auf ein Backblech legen und bei 150 Grad 30 - 40 Minuten backen bis sie goldbraun sind.

Als Beilage passt ein gemischter Salat und evtl. Pommes Frites für die Kinder.

Einen guten Appetit wünscht Ihnen das Team der Metzgerei Schreyegg.