

Putenherzen auf Spinat

Corazón de pavo con espinaca



Zutaten für sechs Personen:

3 Putenherzen
1/4 einer gelben Paprika
1/4 einer roten Paprika
100 g Rahmspinat (TK)
1 Knoblauchzehe
2-3 EL Gemüsebrühe (optional)
2 EL Sahne (optional)
1 EL Crème fraîche (optional)
Salz, Pfeffer aus der Mühle
1 EL Olivenöl

1. Putenherzen waschen und mit Küchentüchern trocknen. Längs vierteln und sauber parieren. Die Viertel dann in Scheiben schneiden.

2. Paprika putzen und in Streifen schneiden. Haut mit einem Sparschäler abziehen. In gefällige Stücke teilen.

3. TK-Spinat nach Vorschrift zubereiten. Eine geschälte und halbierte Knoblauchzehe mitgaren. Eventuell mit etwas Gemüsebrühe verdünnen und mit 2 EL Sahne oder 1 EL Crème fraîche verfeinern.

4. Putenherzen-Abschnitte kräftig salzen und in einer

beschichteten Pfanne mit wenig Olivenöl bei größerer Hitze braten. Immer wieder rühren. Nach kurzer Zeit auch die Paprikastreifen mitbraten. Garprobe machen, die Abschnitte der Putenherzen sollten gerade ganz durchgebraten sein. Zum Schluss mit Pfeffer aus der Mühle würzen.

5. Je 1-2 gehäufte TL Spinat in jedes Glas-Schälchen geben und eine kleine Portion gebratene Putenherzen-Abschnitte auflegen. Mit Paprikastreifen garnieren. Alternativ auf kleinen Desserttellern anrichten. Sofort servieren.

Hinweise:

Bei Gästen vorher fragen, ob es Vorbehalte bezüglich Putenherzen gibt.

Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 25 min, Amuse-Gueule, Tapas, warme Häppchen, Fleisch, Pute, Innereien, spanisch

Rezept und Foto: Walter
Stand 18.01.2023