

Putengulasch mit Gemüse

Zutaten:

300 g Putenfleisch
300 g Champignons
2 Stangen Porree
200 g Blattspinat (TK)
4 Paprika (gemischte Farben)
1 Dose Pizzatomaten (850 ml)
300 g kurze Spiralnudeln
2 Zwiebeln
4 Knoblauchzehen
Salz, Pfeffer, Olivenöl



Zubereitung:

- Spinat auftauen lassen.
- Porree und Champignons in dünne Scheiben schneiden.
- Paprika klein würfeln.
- Nudeln in Salzwasser al dente kochen.
- Fleisch in Gulaschgröße klein schneiden.
- Zwiebeln und Knoblauch fein hacken.
- Beides in Öl glasig dünsten.
- Fleisch zugeben und anbraten.
- Champignons, Porree und Paprika zugeben.
- Gemüse kurz mitdünsten.
- Salzen und Pfeffern.
- Spinat und Tomaten unterrühren.
- Alles etwa 10 Minuten leicht köcheln lassen.
- Nudeln abgießen und mit kaltem Wasser erschrecken.
- Erschrockene Nudeln mit dem Gulasch servieren.