

Fruchtige scharfe Backofen-Suppe aus dem Ofenmeister



Abbildung 1 Rezeptidee nach Silvia Maier

Zutaten:

500 g Putenbrust

250 g abgetropfte Dosenpfirsiche

315 g abgetropfte Champignonsscheiben aus dem Glas

150 g TK Erbsen

400 g Kokosmilch

300 g Gemüsebrühe

100 g Curry Ketchup

1 TL Currypaste gelb

3 EL Sojasauce

1 EL Currypulver

½ TL Curkuma

Salz und Pfeffer nach Belieben

Aus Weißmehl und Wasser zu gleichen Teilen eine Mehlschwitze herstellen oder 1 EL Speisestärke

Zubereitung:

Zuerst die Putenbrust in dünne Scheiben und dann in Streifen schneiden – ganz fein...

Das Fleisch in den Ofenmeister füllen und alle anderen Zutaten hinzufügen und mit dem Scraper-Schaber gut vermischen.

Dein Backofen ist auf 220°/Ober-/Unterhitze vorgeheizt/Rost/unterstes Einschubfach/ca. 50 Minuten schmoren

Danach gerne nochmals nach Geschmack abschmecken.

Wenn du mehr Speisestärke oder Mehlschwitze verwendest, dann hast du ein wunderbares Gericht das zu Reis gereicht werden kann.

Viel Spaß beim Nachmachen und guten Appetit.