



Genuss-Rezept

Panierte Geflügel-Fleischwursttaler mit Spaghetti-Rucolasalat

Zutaten für 4 Personen

600 g	Gutfried Geflügel-Fleischwurst
2	Eier
150 g	Paniermehl
80 g	Mehl
20 g	Butter
500 g	Spaghetti
40 g	geriebener Parmesan
1 Glas	getrocknete Tomaten
100 g	Rucolasalat
1 Prise	Kräutersalz
	Salz und Pfeffer aus der Mühle



Zubereitung

Die Gutfried Geflügel Fleischwurst schräg in Streifen schneiden. Die Eier aufschlagen, mit Salz und Pfeffer würzen und verquirlen. Die Wurstscheiben erst in Mehl, dann in der Eiermasse und anschließend im Paniermehl wenden.

Die panierten Wurstscheiben in einer Pfanne mit der Butter bei kleiner Hitze ca. 5 Minuten braten, dabei mehrmals wenden. Pfanne beiseite und warm stellen. Spaghetti in der Mitte durchbrechen und in 5 l Salzwasser nach Anweisung bissfest kochen. In der Zwischenzeit die Tomaten aus dem Glas klein schneiden und in eine große Servierschüssel geben, mit Kräutersalz würzen. Rucola waschen, trocken schleudern.

Spaghetti in einem Sieb abgießen und gut abtropfen lassen. Sofort zu den Tomaten geben. Geriebenen Parmesan und Rucolasalat dazufügen, vorsichtig mischen und nach Geschmack würzen. Evtl. etwas Öl von den Tomaten oder Olivenöl dazugeben. Die warmen Geflügel-Fleischwursttaler zum lauwarmen Spaghettisalat servieren.

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Pro Portion: Ca. 766 kcal, 42 g Eiweiß, 106 g Kohlenhydrate, 38 g Fett

Gutfried – die beliebteste Geflügelwurst Deutschlands

Heinrich Nölke GmbH & Co. KG | 33775 Versmold | Tel.: 05423 969-0 | www.gutfried.de