

# Stefanies Putenbraten mit Honig-Senf-Glasur und Gemüsenudeln

Für 4-6 Personen

## Zutaten

1,5 kg Putenbrust  
Salz und Pfeffer  
Öl zum Anbraten  
3 EL grober/körniger Senf  
3 EL Honig  
1 EL weiche Butter  
300 ml Gemüsebrühe  
1 Schalotte  
kleines Stück Lauch  
2 Zucchini  
2 Karotten  
Salz und Pfeffer  
1 EL kalte Butter

## Zubereitung

Putenbrust abbrausen, mit einem Küchentuch trockentupfen und salzen. In einer großen beschichteten Pfanne Öl erhitzen und Putenbraten von allen Seiten scharf anbraten. In der Zwischenzeit aus Honig, weicher Butter und Senf eine Marinade herstellen  
**Tipp:** Das geht am besten, wenn alles Zimmertemperatur hat.  
Braten von allen Seiten mit der Honig-Senf Marinade bedecken und in eine Bratreiner legen. In der Pfanne die geschälte und grob geschnittene Schalotte und den Lauch anbraten, mit der vorbereiteten Brühe ablöschen und zum Braten geben. Braten in den vorgeheizten Backofen (Umluft 160°C) geben und eine Stunde garen.  
Karotten schälen und mit den Zucchini in Spiralen schneiden (mit der Raspel oder einem Sparschäler). In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und als erstes die Karotten andünsten (brauchen etwas länger), danach die Zucchini dazu geben und mit Salz und Pfeffer würzen. Wenn der Braten fertig ist, auf einem Brett etwas ruhen lassen und den Bratensatz durch ein Sieb in einen kleinen Topf geben und mit kalter Butter verrühren. Braten dünn aufschneiden und mit Karotten-Zucchini-Zoodles und separater Soße anrichten.

**Tipp:** Der Braten kann auch kalt aufgeschnitten gegessen werden.

**Guten Appetit!**