

## Puten-Involtini mit Bandnudeln



### Zutaten (für 4 Portionen):

4 dünne Putenrouladen (à ca. 130 g)

4 EL Löwensenf Rouladenfüllung

50 g getrocknete Tomaten in Öl

100 g Rucola

2 EL Öl

100 ml Marsala

300 ml Geflügelfond oder -brühe

400 g grüne Bandnudeln

Salz

200 ml Sahne

Pfeffer

heller Saucenbinder

### Zubereitung:

Putenrouladen waschen, trocken tupfen und mit der Rouladenfüllung bestreichen. Tomaten würfeln, Rucola waschen, grob hacken und mit den Tomaten auf den Rouladen verteilen. Seiten einschlagen, Rouladen aufrollen und mit Küchengarn oder Holzpiekern fixieren. Öl in einer Pfanne erhitzen, Rouladen von allen Seiten braun anbraten, mit Marsala und Geflügelfond ablöschen und bei geschlossenem Deckel ca. 20 Minuten schmoren. Bandnudeln nach Packungsanweisung in Salzwasser zubereiten. Rouladen aus der Pfanne nehmen und warm stellen. Sauce mit Sahne verfeinern, mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit hellem Saucenbinder andicken. Bandnudeln auf Tellern anrichten, Rouladen in Scheiben darauf legen und Sauce darüber geben. Nach Wunsch mit Rucola servieren.

**Zubereitungszeit:** ca. 40 Minuten

### Pro Portion:

KJ/kcal: 3267/781

EW: 48,7 g

F: 29,0 g

KH: 78,0 g

BE: 6,5