

WALZ

DIE METZGEREI



Putensteaks mit Avocado Püree

Zutaten für 4 Personen:

800 g Putensteaks, 100 g Sesam,
50 g Macadamianüsse, geschält

Für das Püree:

350 g Blumenkohl, 1 Avocado

Für die Mayonnaise:

1 Eigelb, ½ TL Weißweinessig,
180 ml Raps-, Walnuss- oder Leinöl,
½ TL Dijonsenf, 1 TL Xylit (Zuckerersatz),
1 TL Zitronensaft, 1 TL Wasabi

Außerdem:

Salz, Pfeffer, Muskatnuss, Kümmel

Zubereitung:

Blumenkohl klein schneiden und in der
Gemüsebrühe kochen, dann abgießen.

Für die Mayonnaise Eigelb mit Essig und
Senf mixen und Öl dazugießen bis sich
die Mayonnaise vom Gefäß löst, mit
Salz, Pfeffer und Xylit abschmecken. Die
Wasabipaste unterrühren und die
Mayonnaise kalt stellen.

Sesam in eine flache Schüssel geben.
Die Macadamianüsse hacken und mit
Sesam mischen.

Die Putensteaks waschen, leicht trocken
tupfen, die Panade muss noch haften
können. Mit Salz, Pfeffer und Knoblauch
würzen und in der Sesammischung
wenden bis die Oberfläche komplett mit
der Panade bedeckt ist. Die Steaks von
beiden Seiten scharf anbraten und im
Ofen 8 Min. bei 150 °C Ober-/Unterhitze
fertig garen.

Die Avocado mit dem Blumenkohl
pürieren. Mit Muskat, Kümmel, Salz und
Pfeffer würzen.

Wochen-Highlights

vom Di 18.08. - Sa 22.08.2026

Frisches Fleisch

Fleischkäse

zum Selberbacken
in der Form

100 g € 1,22

Frische Putensteaks

natur oder
grillfertig gewürzt

100 g € 1,79

Cevapcici

kräftig gewürzt
grillfertig zubereitet

100 g € 1,58

Schaschliktopf

mit frischem Paprika
topffertig zubereitet

100 g € 1,48

Frische Wurst

Krustenschinken

deftig gepökelt und
kräftig überbacken

100 g € 1,87

Frühstückswurst

im Geleemantel
mit Naturgewürzen

100 g € 1,48

Haussalami

im Naturreifeverfahren aus
eigener Herstellung

100 g € 1,98

Frische Paprikalyoner

geschnitten oder als
Portionswurst

100 g € 1,48

Salat und Käse

Frischer Schichtsalat

mit Ananas und
gekochtem Schinken

100 g € 1,48

Scheidegger Tilsiter

45 % Fett i. Tr.

100 g € 1,76

Wir empfehlen

Nackte Bratwurst

mit reinen
Naturgewürzen

100 g € 1,36


Treue Coupon

Abgeben und genießen

Gegen Abgabe dieses
Treue-Coupons erhalten Sie
bei Ihrem Einkauf ab EUR 15,-
von Di 18.08. - Sa 22.08.2026

1 kleine Schinkenwurst

++ GRATIS ++