



**FROHES FEST**



**Pikant geschmorte**

# **Putenkeule**

4-5 Portionen

Zubereitungszeit:

25 Minuten

Garzeit:

etwa 50 Minuten



## Zutaten:

- 2 Knoblauchzehen
- 1 walnussgroßes Stück frischer Ingwer
- ½ TL grob geschroteter Chili
- 3 TL flüssiger Honig
- 1 Putenoberkeule  
(etwa 800 g, ohne Knochen)
- Salz und frisch gemahlener Pfeffer
- 2 Zwiebeln— 2 Möhren
- 1 Stange Porree (Lauch)
- 2 EL Speiseöl oder Butterschmalz
- 2 EL Tomatenmark
- 1 Pimentkorn
- 1 Lorbeerblatt
- 2 Gewürznelken
- 200 ml Gemüse- oder Geflügelbrühe (Instant)

Knoblauch abziehen und Ingwer schälen.

Knoblauch und Ingwer in sehr kleine Würfel schneiden, in eine kleine Schüssel geben.

Chili und Honig gut unterrühren.

Putenoberkeule kurz unter fließendem kalten Wasser abspülen, trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer rundherum einreiben.

Die Putenkeule von innen mit der Hälfte der Ingwer-Honig-Mischung bestreichen.

Putenkeule mit Küchengarn umwickeln.

Den Backofen vorheizen.

Ober-/Unterhitze: etwa 180 °C

Heißluft: etwa 160 °C

Zwiebeln abziehen und in Spalten schneiden.

Möhren putzen, schälen, abspülen, abtropfen lassen und in Scheiben schneiden.

Porree putzen, die Stange längs halbieren, gründlich waschen, gut abtropfen lassen und in Streifen schneiden.

- Speiseöl oder Butterschmalz in einem Bräter erhitzen.
- Die Putenkeule darin von allen Seiten kräftig anbraten.
- Putenkeule herausnehmen und kurz beiseite legen.
- Zwiebelspalten, Möhrenscheiben und Porreestreifen in dem verbliebenen Bratfett unter mehrmaligem Rühren andünsten.
- Tomatenmark unterrühren und kurz mitdünsten lassen.
- Mit Salz, Pfeffer, Piment, Lorbeerblatt und Gewürznelken würzen.
- Brühe hinzugießen.
- Die beiseitegelegte Putenkeule auf das angedünstete Gemüse legen.
- Den Bräter mit dem Deckel verschließen und auf dem Rost in den vorgeheizten Backofen schieben.
- Die Putenkeule etwa 50 Minuten garen

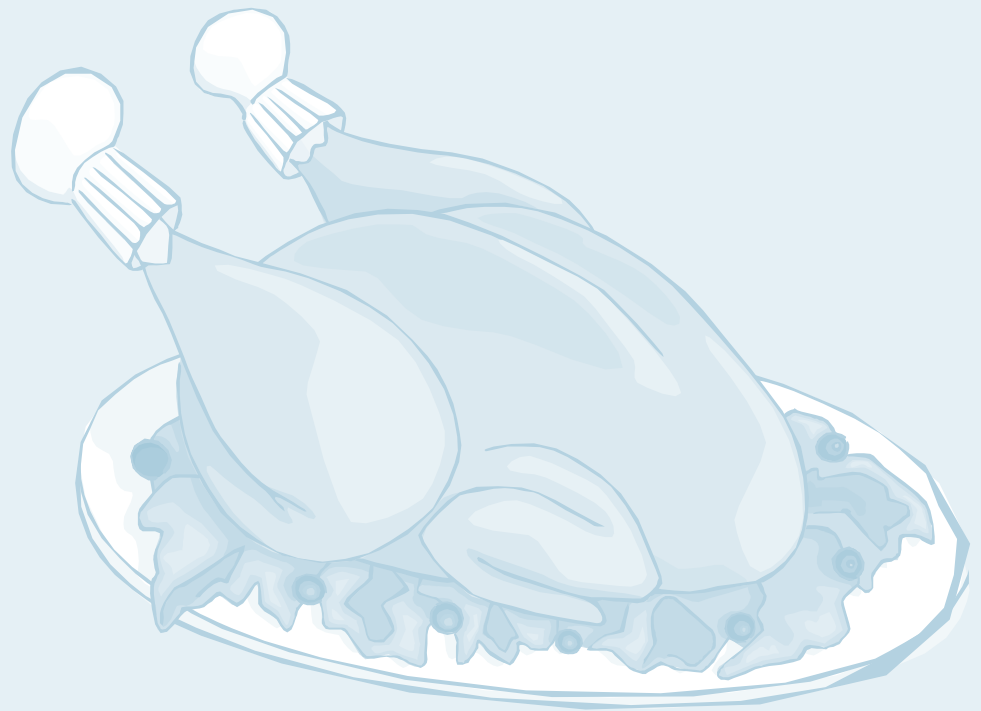


- ♦ Den Bräter aus dem Backofen nehmen.
- ♦ Die gare Putenkeule aus dem Bräter nehmen und mit der restlichen Ingwer-Honig-Mischung bestreichen, auf den Rost (mit Alufolie belegt) legen und in den heißen Backofen schieben.
- ♦ Die Putenkeule bei gleicher Backofentemperatur von allen Seiten knusprig braun braten.
- ♦ Die Putenkeule (Küchengarn entfernen) in Scheiben schneiden und mit dem Gemüse anrichten.

## **Beilage:**

Im Backofen mitgegarte Röstkartoffeln,  
ofenfrisches Baguette,  
Reis.





Wer es lieber klassisch mag, verzichtet auf die Würzmischung und verwendet nur Knoblauch, Salz, Pfeffer und eventuell etwas gerebelten Thymian.

Dann zu der Putenkeule einen Dip aus Crème fraîche, Knoblauch und fein gehacktem Basilikum reichen.

Bleiben von dem Fleisch und Gemüse Reste übrig, dann das Fleisch in kleine Würfel schneiden, mit dem Gemüse und eventuell noch stückigen Tomaten (Dose oder Tetra Pak®) mischen und erhitzen.

Z. B. in Gyros-Brottaschen

(Pita-Brote, aus dem Brotregal)

anrichten oder zu Reis servieren.

Entnommen aus:

Familienkochbuch © Dr. Oetker Verlag KG,  
Bielefeld

Ingrid von Koslowski

Kulinarische Highlights, Tipps zu  
Küche & Wein - und leckere Rezepte



<http://rezepte.seniorenschulung-zuhause.de/>