

Gegrillte Putenunterkeule mit Gurkensalat

Zutaten

(für 4 Personen):

- 4 Putenunterkeulen
- 2 Knoblauchzehen
- 6 EL Olivenöl
- 2 TL Paprikagewürz (edelsüß)
- Salz und Pfeffer
- 500 ml Gemüsebrühe
- 4 EL Reissessig
- 2 TL Zucker
- 200 g saure Sahne
- Dill
- 1 Zwiebel
- 1 Salatgurke
- 2 Baguette



Nährwerte:

Pro Portion ca. 437 kcal, 28 g Fett, 11 g Kohlenhydrate, 36 g Eiweiß (Diese Information findet ihr, wenn ihr im Ordner des jeweiligen Rezepts die Worddatei "Blogbeitrag" öffnet. Dort müsste sie ganz unten stehen. Schreibt mir, sollte dies nicht der Fall sein).

Zubereitungszeit:

circa 150 Minuten

Gegrillte Putenunterkeule mit Gurkensalat

Zubereitung:

1. Für die Marinade Knoblauch schälen, kleinpressen und dann zusammen mit 4 EL Öl, Paprikapulver und einer Prise Salz und Pfeffer verrühren. Jetzt die Putenunterkeulen rundherum mit der Marinade bestreichen.



2. Gemüsebrühe in eine Grillschale geben, Putenunterkeulen obenauf legen und für 2 Stunden bei indirekter Hitze bei circa 200 Grad garen.



3. Zum Schluss noch einmal 10 Minuten direkt auf das Grillrost legen, grillen und dabei gelegentlich wenden.



Gegrillte Putenunterkeule mit Gurkensalat

4. Dann für den Gurkensalat die Zwiebel schälen und kleinschneiden sowie die Salatgurke waschen, anschließend schälen und in Scheiben schneiden. Essig, Zucker, Sahne, Dill und Zwiebel mit der Salatgurke mischen und ziehen lassen.



5. Baguettescheiben mit restlichem Öl bepinseln und auf dem Grill anrösten.



6. Alles zusammen anrichten und genießen!





Gegrillte Putenunterkeule mit Gurkensalat



Einkaufstipp

Heimische, nachhaltige und nach hohen Standards erzeugte Lebensmittel sind dir wichtig? Dann achte beim Einkauf von Geflügelfleisch auf die „D“s auf der Verpackung: diese garantieren dir Geflügelfleisch aus Deutschland.

Weitere Informationen rund um Geflügelfleisch aus Deutschland sowie viele leckere Rezepte finden Sie auf **www.deutsches-gefluegel.de**