WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Gegrillte Putenunterkeule mit Brokkoli und Kartoffeln

Zutaten (für 4 Personen):

4 Putenunterkeulen
6 EL Olivenöl
2 Knoblauchzehen
3 Zweige Rosmarin
2 EL Honig
1 Zitrone
Salz und Pfeffer
800 g Kartoffeln
500 g Brokkoli
1 TL roter Pfeffer



Nährwerte:

Pro Portion ca. 777 kcal, 28 g Fett, 46 g Kohlenhydrate, 58 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

circa 90 Minuten

WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Gegrillte Putenunterkeule mit Brokkoli und Kartoffeln

Zubereitung:

1. Als erstes 4 EL Olivenöl, Knoblauch, Rosmarin, Honig und Saft einer halben Zitrone mit einer Prise Salz und Pfeffer verrühren.



2. Anschließend die Putenkeulen rundherum mit der Marinade bestreichen…



3. …und bei 180 Grad bei indirekter Hitze circa 75 Minuten grillen.

WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Gegrillte Putenunterkeule mit Brokkoli und Kartoffeln



4. Dabei öfters wenden und mit der Marinade bestreichen.



5. Währenddessen die Kartoffeln in Salzwasser garen.



Gegrillte Putenunterkeule mit Brokkoli und Kartoffeln

6. Den Brokkoli für die letzten 4 bis 5 Minuten mit garen.



7. Danach Brokkoli mit 2 EL Öl, Saft einer halben Zitrone und einer Prise Salz und Pfeffer verrühren.



8. Brokkoli mit den Kartoffeln circa 7 bis 10 Minuten auf dem Grill anrösten.



WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Gegrillte Putenunterkeule mit Brokkoli und Kartoffeln

9. Zum Schluss die gegrillte Putenunterkeule anrichten, mit rotem Pfeffer garnieren und genießen, genießen, genießen!





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-geflügel.de**