WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Kürbiswaffeln mit Pulled Turkey

Zutaten (für 4 Personen):

400 g Putenfilet (aus deutscher Erzeugung)
200 ml BBQ-Sauce
50 ml Orangensaft
500 g Kürbis
200 ml Milch
3 Eier
250 g Mehl
2 TL Paprika edelsüß
1 TL Rosmarin gemahlen
2 TL Backpulver
250 g Joghurt
1 Limette
1 Bund Petersilie
1 Lauchzwiebel



Nährwerte:

Pro Portion ca. 584 kcal, 10 g Fett, 78 g Kohlenhydrate, 43 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

circa 75 Minuten (davon 45 Minuten Garzeit im Ofen)

WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Kürbiswaffeln mit Pulled Turkey

Zubereitung:

1. Zuerst die BBQ-Sauce und den Orangensaft mischen, über die Putenfilets geben und für circa 45 Minuten bei 180 Grad im Ofen garen.



2. Anschließend das Putenfleisch mit zwei Gabeln auseinanderzupfen.



3. Den Kürbis schälen, die Kerne entfernen, circa 10 Minuten in Salzwasser weich garen und pürieren.

Kürbiswaffeln mit Pulled Turkey



4. Danach das Kürbispüree mit Milch, Eiern, Mehl, Paprikagewürz, Rosmarin und Backpulver zu einem glatten Teig verkneten.



5. Jetzt die Kürbiswaffeln mit dem Waffeleisen ausbacken.



Kürbiswaffeln mit Pulled Turkey

6. Parallel dazu Joghurt, Limettensaft und gehackte Petersilie verrühren.



7. Zum Abschluss erst ein bisschen Joghurt auf die Kürbiswaffeln geben, dann mit dem gezupften Putenfleisch toppen, ein paar Lauchzwiebelringe darüber streuen und genießen.



WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Kürbiswaffeln mit Pulled Turkey



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**