WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Putenfilet mit Süßkartoffelmuffins

Zutaten (für 4 Personen):



4 Putenfilets
2 Süßkartoffeln
2 Eier
1 TL Muskat
150 g Käse
100 ml Sahne
Salz und Pfeffer
2 EL Öl
1 Apfel
1 EL Butter
50 g Gewürzspekulatius
Thymian
1 Glas Rotkohl
200 g Kirschen
50 ml Kirschsaft
3 EL Kirschkonfitüre
1 TL Lebkuchengewürz
Kresse

Nährwerte:

Pro Portion ca. 733 kcal, 32 g Fett, 46 g Kohlenhydrate, 52 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

circa 60 Minuten

WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Putenfilet mit Süßkartoffelmuffins

Zubereitung:

1. Zuerst die Süßkartoffeln schälen, und in dünne Scheiben schneiden. Süßkartoffelscheiben mit Eiern, Muskat, Käse, Sahne und einer Prise Salz und Pfeffer mischen.



2. In Muffinformen füllen und bei 180 Grad 30 bis 35 Minuten im Ofen garen.



3. Jetzt die Putenfilets in dem Öl von jeder Seite 5 bis 7 Minuten scharf anbraten,…

Putenfilet mit Süßkartoffelmuffins



4. …bis sie goldbraun gebraten sind. Im Ofen bei 80 Grad warmhalten.



5. Den Apfel schälen, in kleine Stifte schneiden und in der Butter anschwitzen. Spekulatius mit der Hand zerbröseln und mit dem Thymian unterheben. Alles weitere 2 bis 3 Minuten braten.



Putenfilet mit Süßkartoffelmuffins

6. Jetzt den Rotkohl mit Kirschen, Kirschsaft, Kirschkonfitüre und Lebkuchengewürz circa 15 Minuten köcheln lassen.



7. Zum Schluss alles zusammen anrichten und mit Kresse genießen.



WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Putenfilet mit Süßkartoffelmuffins



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**