WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Pulled Turkey Burger mit Süßkartoffelchips

Zutaten (für 4 Personen):

1 Putenunterkeule
60 ml Sojasauce
50 ml Ahornsirup
2 EL Tomatenmark
1 TL Chili
1 l Geflügelbrühe
300 ml Apfelsaft
2 Süßkartoffeln
5 EL Sonnenblumenöl
2 TL Salz
4 Burger-Buns
4 TL Mayonnaise
4 Salatblätter



Nährwerte:

Pro Portion ca. 586 kcal, 20 g Fett, 34 g Kohlenhydrate, 46 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

circa 130 Minuten (davon 120 Minuten Garzeit)

WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Pulled Turkey Burger mit Süßkartoffelchips

Zubereitung:

1. 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.



2. Für das pulled tukey als erstes die Haut von der Putenunterkeule entfernen.



3. Dann Sojasauce, 1 TL Salz, Ahornsirup, Tomatenmark und Chili verrühren und die Putenunterkeule damit bestreichen. Anschließend in 2 EL Öl von jeder Seite für circa 5 bis 7 Minuten scharf anbraten.

Pulled Turkey Burger mit Süßkartoffelchips



4. Jetzt Geflügelbrühe und Apfelsaft angießen und alles für 3 Stunden köcheln lassen, bis das Fleisch so zart ist, dass es sich fast von alleine vom Knochen löst.



5. Im nächsten Schritt die Süßkartoffeln in Scheiben schneiden, mit 3 EL Öl mischen und bei 160 Grad für circa 35 bis 40 Minuten backen und salzen.



WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Pulled Turkey Burger mit Süßkartoffelchips

6. Das Putenkeulenfleisch mit Hilfe von zwei Gabeln vom Knochen lösen und in Stücke zupfen.



7. Zum Schluss nur noch die Burger-Buns aufbacken, mit Mayonnaise bestreichen, mit Salat belegen und mit Putenkeulenfleisch toppen…



8. …fertig! Jetzt herzhaft zubeißen und Pulled turkey Burger genießen!



WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Pulled Turkey Burger mit Süßkartoffelchips



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**