WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Putenfiletspieße mit Kürbis-Kartoffelsalat

Zutaten (für 4 Personen):

400 g Putenbrustfilet
750 g Kartoffeln
500 g Hokkaido Kürbis
3 EL Öl
100 g Speckwürfel
2 TL Rosmarin
1 Zwiebel
250 ml Gemüsebrühe
1 EL Senf
2 EL Kräuteressig
1 TL Zucker
Salz und Pfeffer
2 EL Kürbiskernöl
Kürbiskerne
Schnittlauch



Nährwerte:

Pro Portion ca. 559 kcal, 22 g Fett, 49 g Kohlenhydrate, 36 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

30 Minuten

WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Putenfiletspieße mit Kürbis-Kartoffelsalat

Zubereitung:

1. Zuerst die Kartoffeln garen, pellen und würfeln.



2. Dann den Kürbis würfeln und in 1 EL Öl circa 10 Minuten anbraten.



3. Die Speckwürfel und den Rosmarin für weitere 3 bis 4 Minuten mitbraten.

Putenfiletspieße mit Kürbis-Kartoffelsalat



4. Die Zwiebel schälen, kleinschneiden und mit Brühe, Senf, Essig, Zucker und einer Prise Salz und Pfeffer aufkochen.



5. Kartoffeln und Dressing mit dem Kürbis mischen und ziehen lassen.



Putenfiletspieße mit Kürbis-Kartoffelsalat

6. Jetzt die Putenfilets längs halbieren, auf Spieße stecken und in 2 EL Öl…



7. …von jeder Seite 3 bis 5 Minuten goldbraun anbraten.



8. Zum Schluss die Putenfiletspieße mit dem Kürbis-Kartoffelsalat anrichten und mit Kürbiskernen, Kürbiskernöl und Schnittlauch genießen. Happy Thanksgiving!



WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Putenfiletspieße mit Kürbis-Kartoffelsalat



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**