WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

# Putenunterkeulen mit Gemüsesauce und Knödeln

### *Zutaten (für 4 Personen):*

2 Putenunterkeulen
2 EL Öl
2 Pakete Suppengemüse
1 Zwiebel
150 g Speck
250 ml Rotwein
8 Knödel
2 EL Butter
50 g Semmelbrösel
150 ml Sahne
150 g Preiselbeeren (Glas)
Salz und Pfeffer
1 EL Tomatenmark
Petersilie



### *Nährwerte:*

Pro Portion ca. 915 kcal, 37 g Fett, 43 g Kohlenhydrate, 72 g Eiweiß

### *Zubereitungszeit:*

circa 150 Minuten

WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

# Putenunterkeulen mit Gemüsesauce und Knödeln

## *Zubereitung:*

1. Zuerst die Putenunterkeulen in dem Öl von beiden Seiten…



2. …circa 5 bis 7 Minuten scharf anbraten. Kurz zur Seite stellen.



3. Dann das Suppengemüse klein schneiden und in dem Bratfett anschwitzen.

# Putenunterkeulen mit Gemüsesauce und Knödeln



4. Anschließend das Tomatenmark unterrühren.



5. Den Speck kurz mitbraten.



# Putenunterkeulen mit Gemüsesauce und Knödeln

6. Mit Rotwein ablöschen und die Putenunterkeulen wieder obenauf legen und alles zusammen bei geschlossenem Deckel circa 2 Stunden bei mittlerer Hitze garen.



7. Nebenbei die Knödel garen und das Paniermehl in der Butter schwenken.



8. Die Putenkeulen aus der Sauce nehmen und vor dem Anschneiden ruhen lassen. So schmeckt das Fleisch herrlich saftig-zart. 



# Putenunterkeulen mit Gemüsesauce und Knödeln

9. Jetzt die Sauce mit Sahne und Preiselbeeren aufkochen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



10. Zum Schluss die Putenunterkeulen mit den Knödeln und der Sauce anrichten, Knödel mit Butterstreuseln bestreuen, alles mit Petersilie toppen und genießen.



WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

# Putenunterkeulen mit Gemüsesauce und Knödeln




## 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**