WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Putenunterkeule a l`orange mit Knödeln

Zutaten (für 4 Personen):

2 Putenunterkeulen
2 EL Öl
1 Zwiebel
1 Paket Suppengemüse
3 Orangen
200 ml Cointreau
400 ml Gemüsebrühe
Rosmarin
8 Knödel (Kühlung)
2 EL Orangenmarmelade
2 EL Butter
Salz und Pfeffer



Nährwerte:

Pro Portion ca. 788 kcal, 17 g Fett, 46 g Kohlenhydrate, 69 g Eiweiß

Zubereitungszeit:

circa 105 Minuten

WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Putenunterkeule a l`orange mit Knödeln

Zubereitung:

1. Zuerst die Putenunterkeulen in dem Öl in einem Bräter von beiden Seiten scharf anbraten und kurz zur Seite stellen.



2. Dann die Zwiebel und das Suppengemüse schälen, kleinschneiden und in dem Bratfett anrösten.



3. Die Orangen kleinschneiden, mit dem Cointreau dazugeben und alles 5 Minuten köcheln lassen.

WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Putenunterkeule a l`orange mit Knödeln



4. Jetzt die Brühe angießen und den Rosmarin dazugeben. Die Putenunterkeulen obenauf setzen und alles 1,5 Stunden mit geschlossenem Deckeln garen. Nebenbei die Knödel zubereiten.



5. Als nächstes die Putenunterkeulen herausnehmen. Vor dem Anschneiden ruhen lassen – dann schmeckt das Putenfleisch herrlich saftig-zart. Die Sauce durch ein Sieb geben, auffangen und mit Orangenmarmelade aufkochen.



Putenunterkeule a l`orange mit Knödeln

6. Zum Schluss die kalte Butter unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



7. Die Putenunterkeulen mit den Knödeln anrichten, die Sauce darüber geben und alles zusammen genießen.



WE LOVE GEFLÜGEL!

Weltbester Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Putenunterkeule a l`orange mit 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**