WE LOVE GEFLÜGEL!

Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Putenhackfleisch-Samosas

Zutaten (für 4 Personen):

400 g Putenhackfleisch
2 kleine Kartoffeln
2 Knoblauchzehen
10 g Ingwer
2 EL Olivenöl
40 g Erbsen (TK)
1 TL Kurkuma
1 TL Koriander gemahlen
1 TL Garam Masala
Salz und Pfeffer
125 g Filoteig
1 L Öl
4 EL Mango Chuttney
Koriander
Chiliflocken

Nährwerte:

Pro Portion ca. 437 kcal, 28 g Fett, 11 g Kohlenhydrate, 36 g Eiweiß (Diese Information findet ihr, wenn ihr im Ordner des jeweiligen Rezepts die Worddatei "Blogbeitrag" öffnet. Dort müsste sie ganz unten stehen. Schreibt mir, sollte dies nicht der Fall sein).

Zubereitungszeit:

circa 45 Minuten

WE LOVE GEFLÜGEL!

Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Putenhackfleisch-Samosas

Zubereitung:

1. Zuerst die Kartoffeln schälen, sehr fein würfeln und mit dem Putenhackfleisch, gehacktem Knoblauch und geriebenem Ingwer in 2 EL Olivenöl circa 5 bis 7 Minuten scharf anbraten.

2. Mit Erbsen, Kurkuma, gemahlenem Koriander und Garam Masala weitere 3 bis 4 Minuten garen…

3. …und die Putenhackfleischfüllung mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Putenhackfleisch-Samosas

4. Als nächstes den Filoteig auslegen und in Streifen schneiden. Jeweils 1 EL Hackfleischfüllung darauf geben,…

5. …die obere Ecke nach unten klappen, so dass ein Dreieck entsteht.

6. Dann das entstandene Dreieck von unten nach oben umklappen, damit zwei Teigschichten die Hackfleischfüllung ummanteln. Zwischendurch mit Wasser befeuchten, damit der Teig besser aneinander haftet.

7. Zum Schluss die Hackfleisch-Samosas nacheinander in dem heißen

Putenhackfleisch-Samosas

Pflanzenöl…

8. …circa 2 Minuten goldbraun ausbacken,…

9. …mit dem Mango Chuttney, Koriander und Chiliflocken anrichten und genießen!

WE LOVE GEFLÜGEL!

Genuss mit Hähnchen, Pute & Co.

Putenhackfleisch-Samosas

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**