

Putenkeule

mit karamellisiertem Kürbis





Putenkeule

mit karamellisiertem Kürbis



ZUTATEN

Für 4 Personen

Viele der Produkte mit dem Bayerischen Bio-Siegel sind im Lebensmittel-Einzelhandel, im Bioladen oder direkt bei Landwirtinnen und Landwirten in Ihrer Region erhältlich.

PUTENKEULE

- 1 Putenschenkel
1,2–1,5 kg
- 30 g Salz
- 2 l Wasser

- 2 Karotten, grob gewürfelt
- 2 Stangen grüner Sellerie, in walnussgrosse Stücke geschnitten

- 1 mittelgroße Zwiebel mit Schale, geviertelt
- 2 EL Tomatenmark
- 250 ml Fond (Gemüse, Hähnchen oder Kalb)
- 100 ml Rotwein
- 2 EL Honig
Lorbeerblatt
Sternanis

KÜRBIS

- 1 mittelgroßer Hokkaido-Kürbis, in Spalten geschnitten
- 100 g Butter
- 35 g Puderzucker
- 1 EL Honig
- 1 Prise Salz, Pfeffer, Muskat

ZUBEREITUNG

PUTENKEULE

Salz und Wasser verrühren, den Putenschenkel in ein hohes Gefäß legen und mit dem Salzwasser übergießen. Den Schenkel im Kühlschrank bis zum nächsten Tag einlegen (ca. 8–10 Std). In einen Bräter etwas Rapsöl geben und die abgetrocknete Pute von allen Seiten anbraten. Anschließend aus dem Bräter nehmen und beiseitestellen. Die Karotten mit dem Stangensellerie und der Zwiebel anbraten, bis sie eine schöne Farbe angenommen haben, dann das Tomatenmark zugeben und mit anschwitzen (ca. 3–5 Minuten). Danach mit dem Rotwein ablöschen und diesen fast komplett reduzieren lassen. Den Fond und den Saft angießen und Honig, Lorbeerblatt und Sternanis zugeben. Nun die Pute auf das Gemüse legen und bei niedriger Temperatur zugedeckt schmoren lassen (ca. 3 Stunden bei 110 °C). Die Kerntemperatur sollte 80 °C betragen. Die Pute aus dem Fond nehmen und nochmals ca. 10 Minuten bei Oberhitze (200 °C) auf der mittleren Schiene im Backofen aufknuspern lassen. Fond durch ein Sieb passieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und gegebenenfalls noch mit etwas angerührter Stärke abbinden.

KÜRBIS

In einer Schüssel den Kürbis mit Gewürzen und Honig marinieren und 10 Minuten ziehen lassen. Butter schmelzen und ein Backblech damit einpinseln. Die Kürbisspalten darauf verteilen, mit Puderzucker bestäuben und im vorgeheizten Ofen bei 175 °C für 12–15 Minuten backen.