



Unser Lieblingsrezept für schonend gegarte Putenkeule

Zutaten für 2 Personen:

- 1 Putenkeule, ganz vom Brunnenhof (ca. 1,2 kg)
- 100 ml Orangensaft
- 2 EL Honig
- 2 TL Rosmarin
- 2 TL Thymian
- 250 ml Weißwein
- 2 Gläser Geflügelfond vom Brunnenhof
- Salz und Pfeffer
- Knoblauch
- Mehl oder eine rohe Kartoffel zum Andicken der Soße



Zubereitung:

Den Backofen auf 160° Grad (Umluft) vorheizen.

Die Putenkeule waschen und trocken tupfen. Orangensaft, Honig sowie alle Kräuter, Pfeffer, Salz und Knoblauch zu einer Marinade verrühren und die Putenkeule damit von allen Seiten einpinseln.

Die Putenkeule mit der Hautseite nach oben in die tiefe Backofenpfanne legen und den Weißwein und den Fond in die Backofenpfanne geben. Ca. 3 Stunden braten, dabei ab und zu mit dem Bratensaft übergießen.

Nach Ende der Garzeit sollte die Kerntemperatur bei ca. 80 °C liegen, der Garpunkt ist erreicht.

Die Keule nach Ende der Bratzeit im abgeschalteten Backofen ruhen lassen, die Kerntemperatur steigt dann noch auf die erwünschten 85 °C.

Den Bratensaft durch ein Sieb gießen, evtl. etwas einkochen lassen und nach Belieben mit einer rohen Kartoffel oder ein wenig Mehl andicken.

Als Beilage eignet sich ein einfacher grüner Salat oder ein Kartoffelsalat.



Weitere leckere Rezepte unter
www.brunnenhof.bio

