.

Geflügelgerichte

"Heimat schmeckt!" empfiehlt ...

Glasierter Chicoree mit Putenstreifen

in Zusammenarbeit mit der Ernährungsberatung RLP

Zutaten und Zubereitung

(für 4 Personen) 2 unbehandelte Orangen Pfeffer Rapsöl 2 Putenschnitzel 300 g Möhren 200 g Staudensellerie 2 Chicoree 2 TL Honig 30 g Puderzucker 2 EL Butter 150 ml Gemüsefond 3 EL Chilisauce

Die Schale einer Orange abreiben und 250 ml Saft auspressen. Die Hälfte der Schale und 100 ml Saft mit Pfeffer und 2 EL Rapsöl verrühren. 2 Putenschnitzel in Streifen schneiden und damit 1 Stunde marinieren. 10 g Rapsöl erhitzen und Fleisch kurz anbraten. 300 g Möhren und 200 g Staudensellerie putzen und in dünne Scheiben schneiden. Möhren in Salzwasser 5 Minuten kochen, Sellerie nach 3 Minuten zugeben. 2 Chicoree längs halbieren, Strunk keilförmig entfernen. Hälften in breite Streifen schneiden. 2 TL Honig und 30 g Puderzucker in einem großen Topf goldbraun karamellisieren. 2 EL Butter darin schmelzen, Orangensaft und 150 ml Gemüsefond zufügen, 5 Minuten einkochen und mit 3 EL Chilisauce abschmecken, Möhren, Sellerie Chicoree und Fleisch unterheben und kurz erhitzen.

Herzhafter Putenstrudel

Der Geflügelhof Volk-Bartmann aus Spay empfiehlt...

Zutaten und Zubereitung

(für 4 Personen) Teig: 75 g Butter 250 g Mehl Salz 1 EL Rapsöl Füllung: 400 g Putenbrustfleisch 100 g durchwachsener Speck 500 g Brokkoli 250 g Möhre 150 g Gouda, mittelalt Pfeffer, Paprikapulver (edelsüß) 2 EL Paniermehl 1 Eigelb

50 g Butter, Mehl, 1/8 l lauwarmes Wasser und etwas Salz mit dem Knethaken verkneten. Anschließend mit den Händen durcharbeiten und auf die Tischplatte schlagen, bis der Teig geschmeidig ist. Den Teig mit 1 EL Rapsöl einstreichen, eine Metallschüssel mit heißem Wasser ausspülen und über den Teig stülpen. Circa 30 Minuten ruhen lassen. Putenfleisch und Speck in Würfel schneiden. Brokkoli und Möhren putzen. Brokkoli in kleine Röschen teilen, Möhren in kleine Würfel schneiden. Den Käse grob raspeln. Speck in einer Pfanne auslassen und das Fleisch darin kräftig anbraten. Mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen. Das Ganze abkühlen lassen. Salzwasser zum Kochen bringen, Möhren hinein geben und 8 Minuten garen. Brokkoli vor dem Ende der Garzeit hinzugeben. Das Gemüse abgießen und abschrecken. Gemüse und Fleisch vermengen, Käse vorsichtig unterheben. Die restliche Butter schmelzen und den Teig auf einem bemehlten Geschirrtuch dünn ausrollen. Teig mit Butter bestreichen. Mit Paniermehl bestreuen, Putenmischung darauf verteilen. Teigkanten einschlagen und von der schmalen Seite aufrollen. Die Teigrolle auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen. Eigelb mit etwas Wasser verquirlen und den Strudel damit einstreichen. Im vorgeheizten Backofen bei 250 Grad 35 - 40 Minuten backen. Den Strudel etwas ruhen lassen und servieren.

Unser Tipp:

Dazu kann man eine Kräuter-Sahne-Soße servieren.

Rieslinghuhn

Der Geflügelhof Volk-Bartmann aus Spay empfiehlt…

Zutaten und Zubereitung

(für 4 Personen) 2 kleine Hähnchen 2 mittelgroße Zwiebeln 2 Knoblauchzehen 1 TL Petersilie, fein gehackt 1 TL Estragon, fein gehackt 300 g Champions 1/2 l Mosel-Riesling 1/8 l süße Sahne 4 Eigelb 40 g Fett 3 EL Cognac

Die Hähnchen mit einem scharfen Messer zerteilen, das Fleisch von den Knochen lösen. Die Knoblauchzehen schälen, zerdrücken, mit den Kräutern vermischen und das Fleisch damit einreiben, salzen und pfeffern. In einer großen Pfanne etwas Fett erhitzen und das Fleisch darin leicht anschmoren. Dann mit dem Cognac übergießen, flambieren und aus der Pfanne nehmen. Die Zwiebeln schälen und klein schneiden, anschließend die Pilze putzen und in Scheiben schneiden. Die Zwiebeln und die Pilze werden nun im restlichen Fett angeschmort. Geben Sie dann die Zwiebel-Pilz-Mischung zusammen mit dem Fleisch in einen Topf. Den Wein angießen und alles 20 Minuten dünsten. Wenn das Fleisch gar ist, das Eigelb und die Sahne gut vermischen und zufügen, aber nicht mehr aufkochen lassen. Das Gericht zum Schluss mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit Reis servieren.

Unser Tipp:

Reste von diesem Gericht lassen sich gut am nächsten Tag zu einer Suppe verarbeiten. Hierfür das Fleisch klein schneiden, mit der restlichen Soße bedecken und in den Kühlschrank stellen. Am nächsten Tag mit etwas Brühe und Sahne aufkochen und mit Weißbrot servieren.

Süßsaures Putenfleisch

in Zusammenarbeit mit der Ernährungsberatung RLP

Zutaten und Zubereitung

(für 4 Personen) 600 g Putenbrustfilet 1 rote Chilischote 10 g Ingwer 4 EL Sojasoße 2 Bund Lauchzwiebeln 2 Möhren 2 Äpfel (Elstar) 75 g getrocknete Aprikosen 1 TL Rapsöl 1/4 l Brühe 1-2 TL Limettensaft Salz, Pfeffer

Putenbrustfilet in Streifen schneiden. Chilischote putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Ingwer schälen und hacken. Chili, Ingwer und Sojasoße zum Fleisch geben, mischen und 30 Min. ziehen lassen. Lauchzwiebeln putzen, waschen und in Stücke schneiden. Möhren schälen und in feine Stifte schneiden. Das Kerngehäuse der Äpfel entfernen und Äpfel in Spalten schneiden. Getrocknete Aprikosen klein schneiden. Rapsöl erhitzen und das Fleisch darin portionsweise anbraten, dann herausnehmen. Im Bratenfett das Gemüse und die Aprikosen andünsten, mit Brühe auffüllen und die Marinade zugießen. Nach 5 Min. die Äpfel zufügen und alles nochmals 5 Min. garen. Fleisch untermischen und mit Limettensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.