

Putenkeule in Honig-Senf-Soße

Zutaten: (für ca. 4 Personen)

2 Putenkeulen (je nach Größe und Esser)
Salz / Pfeffer / 1-2 EL Öl
1 Bund Lauchzwiebeln
200 ml Geflügelbrühe
2 EL Senf
1-2 EL Honig
50 g Creme fraiche
120 g TK-Erbesen



Zubereitung:

Putenkeulen trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen. Öl in einer Pfanne erhitzen. Putenkeulen darin rundherum anbraten, herausnehmen und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen. Im vorgeheizten Backofen Ober- Unterhitze 200 Grad (Umluft 180 Grad) ca. 30-40 Minuten garen.

Lauchzwiebeln inzwischen in längere Stücke schneiden. Im Bratfett der Putenkeulen in der Pfanne andünsten. Brühe angießen. Senf und Honig einrühren. Mit Salz Und Pfeffer würzen, Creme fraiche zugeben und etwas einköcheln. Erbsen zufügen und ca. 4 Minuten köcheln lassen, abschmecken.

Für die Putenkeulen zum Schluss evtl. noch kurz den Backofengrill zuschalten, um die Haut knusprig zu bekommen. Keulen mit der Soße anrichten.

Wir essen gerne Bandnudeln oder Kartoffeln dazu.

Viel Spaß beim nachkochen
und einen guten Appetit
wünscht Ihnen Familie Lämmle!!!