

# Putenoberkeule in Orangen-Sauce mit Penne Rigate

Eine Putenoberkeule. Mit Pasta als Beilage.

Dieses Mal gegart in einer Orangen-Sauce. Verfeinert mit einem Schuss Weißwein.

Ich würze die Orangen-Sauce mit Steranis, Piment und Zimt. Und zusätzlich mit Salz, Pfeffer und Zucker.

Eine Abwechslung zu den üblichen dunklen Braten-Saucen oder reinen Wein-Saucen.

Die Orangen-Sauce hat nach dem Garen der Putenoberkeule einen angenehmen, leicht fruchtigen Geschmack.

[amd-zlrecipe-recipe:959]

---

## Putensteaks auf buntem Gemüsemix

Einfach einige Putensteaks, in der Pfanne gebraten.

Dazu als Beilage ein bunter Mix aus verschiedenen Gemüse, das ich gerade vorrätig hatte: Lauchzwiebel, Fenchel, Lauch, Spitzkohl, Chinakohl, Kürbis und Champignons.

Jeweils nur mit Salz und Pfeffer gewürzt.

Einfach, aber schmackhaft.

[amd-zlrecipe-recipe:958]

---

# Putenbraten in Sahne-Sauce mit Kartoffelklößen

Weil der Putenbraten mit Weißwein-Sauce und Pasta so gut geschmeckt hat und ich noch ein Bratenstück übrig habe, bereite ich diesen auf fast die gleiche Weise nochmals zu, nur in Sahne-Sauce und mit selbst zubereiteten Kartoffelklößen.

Leckerer Braten. Schmackhafte Sauce. Und Kartoffelklöße.

Man kann nach zwei Stunden Garzeit der Putenoberkeule diese ohne Messer essen, eine Gabel reicht aus. So zart ist das Fleisch und so leicht zerfällt es.

Für die Sauce verwende ich noch Champignons, Schalotte und Knoblauch. Und Sahne.

Und als Beilage eben die selbst zubereiteten Kartoffelklöße.

[amd-zlrecipe-recipe:954]

---

# Putenbraten in Weißwein-Sauce mit Spinat-Tagliolini

Ein Gericht ganz nach dem Namen meines Foodblogs.

Leckerer Braten. Schmackhafte Sauce. Und tolle Nudeln.

Man kann nach zwei Stunden Garzeit der Putenoberkeule diese ohne Messer essen, eine Gabel reicht aus. So zart ist das Fleisch und so leicht zerfällt es.

Für die Sauce verwende ich noch Champignons, Schalotte und Knoblauch. Und Riesling.

Und als Nudeln verwende ich aufwändig gearbeitete, leckere, grüne – da mit Spinat – Tagliolini, die in drei Minuten gar sind, da sie sehr dünn sind.

[amd-zlrecipe-recipe:951]

---

## Putensteaks mit schwarzen Wurzeln

Bei diesem Rezept musste ich gedanklich irgendwie einen Sprung machen.

Ich hatte schwarze Wurzeln gekauft. Also Karotten – in Norddeutschland ist der hierfür gängige Begriff Wurzeln –, die schwarz waren. Also dunkel und nach dem Schälen stark violett.

Irgendwie war es mir ein Begriff, dass ich so etwas wie

schwarze Wurzeln kenne und auch schon zubereitet habe. Und siehe da, es fiel mir dann ein, es sind Schwarzwurzeln. Die als Arme-Leute-Variante zu Spargel gelten, denn sie sind schwarz, aber geschält eben ein weißes Gemüse wie Spargel.

Somit stand für mich fest, das, was ich als Wurzeln gekauft hatte, durfte ich hier nicht Schwarzwurzeln nennen. Sondern nur schwarze Wurzeln. Quod erat demonstrandum.

Diese jedoch nur als Beilage. Hauptprodukt dieses Gerichts sind Putensteaks, die ich in der Grill-Pfanne kross anbraten, damit man schöne Röstaromen erhält.

[amd-zlrecipe-recipe:930]

---

## **Putensteaks auf Grünkohl-Bett**

Leckerer Geflügel. Steaks von der Pute. Gesalzen, gepfeffert und in einer Grill-Pfanne kross gebraten.

Dazu ein Grünkohl, kleingeschnitten und in kochendem Wasser gegart. Ein typisch norddeutsches Gemüse.

[amd-zlrecipe-recipe:929]

---

# Putenfilet mit Lauch-Tomaten-Gemüse

Einfaches, aber schmackhaftes Gericht.

Gewürzte und in Butter kross gebratene Putenfilets.

Dazu ein einfaches Gemüse aus Lauch und Tomaten. Mit Kräutersalz gewürzt.

[amd-zlrecipe-recipe:889]

---

## Puten-Pilz-Gulasch mit Weißwein-Sahne-Sauce und Polenta

Dieses Gulasch ist eher ein Pilz- als ein Puten-Gulasch, da ich die doppelte Menge an Champignons gegenüber der Menge an Puten-Gulasch verwende.

Die Sauce bilde ich aus einem trockenen Weißwein und Crème fraîche.

Dazu gibt es als Beilage Polenta, die ich vor einigen Wochen erst bei einem Online-Shop erstanden habe. Diese ist leider etwas flüssig geraten. Lassen Sie Polenta nach dem Garen ruhig noch eine Weile zugedeckt im Topf quellen, damit sie fester und kompakter wird.

[amd-zlrecipe-recipe:880]

---

## **Putensteaks mit Steckrüben-Stampf**

Kross gebratene Putensteaks.

Dazu ein frischer Stampf aus Steckrübe.

Lecker!

[amd-zlrecipe-recipe:869]

---

## **Puten-Pilz-Gulasch in süß-scharfer Sauce mit Couscous**

Dieses Gulasch ist doch eher ein Pilz- als ein Puten-Gulasch, da ich die doppelte Menge an Champignons gegenüber der Menge an Puten-Gulasch verwende. Aber es schmeckt.

Und in meinem Kühlschrank fand ich im Obst- und Gemüse-Fach doch noch tatsächlich eine große Zwetschge, die von einer Tarte oder einem Kuchen noch übrig war. Also kam ich auf die Idee, das Gulasch mit einer süßen-scharfen Sauce zuzubereiten.

Dazu gebe ich die kleingeschnittene Zwetschge in die Sauce. Und gebe noch Honig und zwei ganze, getrocknete Chili-Schoten

hinzu.

Die Sauce an sich bilde ich aus einem trockenen Weißwein.

Und siehe da, die Sauce schmeckt nach dem Schmoren ungewohnt, aber doch sehr lecker.

Dazu gibt es als Beilage seit sehr langer Zeit einmal wieder Couscous, den ich vor einigen Tagen bei meinem Discounter erstanden habe.

[amd-zlrecipe-recipe:853]

---

## **Putenfilet mit Brokkoli**

Ein einfaches Gericht. Nur wenige Zutaten. Aber sehr schmackhaft.

Gegarter Brokkoli, nur mit etwas Salz gewürzt, schmeckt doch immer wieder gut.

Und das krosse Putenfilet, medium gebraten, ist auch sehr lecker!

[amd-zlrecipe-recipe:851]

---

# Puten-Steak mit Brokkoli

Einfaches Gericht. Schnell zubereitet.

Die Steaks würze ich mit Salz, Pfeffer und rosenscharfem Paprika-Pulver.

Die Brokkolis werden nur in leicht gesalzenem Wasser gegart.

Und die Kräuterbutter kommt dieses Mal nicht auf das Fleisch, sondern auf die Brokkoli-Röschen.

[amd-zlrecipe-recipe:772]

---

# Pute, Gemüse, Reis-Nudeln und Hoisin-Sauce





Im Wok

Das letzte Rezept im Rahmen meiner Asien-Woche.

Dieses Mal mit Putenfleisch. Und einer Menge an Gemüse.

Als Beilage hatte ich dieses Mal eine besondere Art von Reis-Nudeln, die in Tagliatelle-Art hergestellt waren, sehr lecker waren und sehr gut schmeckten.

Für die Sauce habe ich Hoisin-Sauce verwendet, die normalerweise zu Ente verwendet wird, aber eben auch zu anderem Geflügel gut passt, wie hier zu dem Putenfleisch.

[amd-zlrecipe-recipe:745]

---

# Puten-Ragout

Hier einmal eine Besonderheit. Ein Ragout ohne Beilage.

Ich hatte ursprünglich geplant, Reis oder Pasta als Beilage für das Ragout zuzubereiten.

Dann ergaben sich aber solch eine Menge an Zutaten für das Ragout, so dass es doch etwas umfangreich war und ich dachte mir, na, das kann man auch alleine essen.

Ich würze das Ragout mit Kreuzkümmel und edelsüßem Paprikapulver, was einen sehr schönen Geschmack ergibt.

Die Sauce bilde ich aus Crème fraîche und einem Schuss Weißwein.

[amd-zlrecipe-recipe:705]

---

**Pute, Chinakohl, Thai-Basilikum und Basmati-Reis**



### Herrlicher Thai-Basilikum

Ich hatte beim meinem Discounter das Glück und bei den Küchenkräutern auch einmal einen frischen Topf Thai-Basilikum gefunden. Ich habe ihn natürlich sofort mitgenommen und gekauft.

Ich bereite hier ein asiatisches Gericht zu, für das ich als Fleisch Putenfilet verwende.

Dazu als weitere Zutat Chinakohl.

Dazu kommt der kleingeschnittene Thai-Basilikum.

Und die Sauce bilde ich aus Fisch-Sauce und Soja-Sauce. Ich wollte dieses Mal keine schwere Sauce am Gericht haben, weil der Thai-Basilikum doch eine schöne Frische mitbringt. Aus diesem Grund habe ich eine helle Soja-Sauce mit Zitronensaft verwendet, die man eigentlich nur zum Marinieren für asiatische Produkte verwendet. Aber sie bringt hier die notwendige Frische und Leichtigkeit für das Gericht mit sich.



Beim Pfannenrühren im Wok

Der Thai-Basilikum schmeckt wirklich sehr würzig und frisch. Er verleiht dem Gericht eine schöne Frische. Er ist eigentlich bei den meisten asiatischen Gerichten mit zu verwenden. Verwenden Sie bitte keinen gewöhnlichen Basilikum, den man für italienische Pesto verwendet. Das dürfen Sie nicht. Das Gericht bestraft Sie dann dafür, dass es nicht asiatisch schmeckt, sondern eher einen gewöhnlichen Geschmack hat und vielleicht doch aufgrund des Basilikums einen gewissen italienischen Touch bekommt.

[amd-zlrecipe-recipe:693]

---

## **Pute, Gemüse und gelbe Thai-**

# Currysauce

Ab und zu einmal habe ich Appetit auf ein asiatisches Gericht. So in diesem Fall. Wahlweise mit Reis oder Mi-Nudeln. In diesem Fall wähle ich Basmati-Reis.

Ich verwende Putenfleisch, das ich in grobe Stücke schneide.

Dazu als weitere Zutaten Gemüse wie Wurzeln, Chinakohl, Mini-Pak-Choi und Lauchzwiebel.

Ich bilde die Sauce aus Kokosmilch und original gelbem Thai-Curry vom Asia-Geschäft.

Würzig und sehr lecker.

[amd-zlrecipe-recipe:666]