

Fruchtige Puten Unterkeule geschmort

Zutaten für 4 Personen:

4 Gutfried Puten Unterkeulen à 200 g

Olivenöl zum Braten

200 g Aprikosen

2 Zweige Rosmarin

4 Stück Schalotten

1 Knoblauchzehe

2 Knollen Fenchel

3 mittelgroße Karotten

8 kleine Kartoffeln

1 Lorbeerblatt

200 ml trockener Weißwein

200 ml Hühnerbrühe

4 Zweige Thymian

1/2 EL Tomatenmark

Zubereitung:

Backofen auf 180 °C vorheizen. Aprikosen waschen, halbieren, Steine auslösen. Hälften Schnittfläche nach oben, mit Prise Salz und Zucker würzen und auf Backblech geben. Rosmarin-Nadeln abzupfen, über Aprikosen verteilen und für ca. 5 bis 10 Min. im Ofen rösten. Schalotten schälen, grob würfeln. Knoblauch schälen, fein hacken.

Fenchel mit Sparschäler schälen, halbieren, Strunk entfernen und in feine Streifen schneiden. Karotten schälen, längs halbieren und in grobe Stücke schneiden. Kartoffeln waschen und halbieren.

Puten Unterkeulen abbrausen, abtrocknen, mit Salz und Pfeffer würzen und in feuerfester Form rundherum anbraten. Schalottenwürfel und Knoblauch mit rösten. Gemüse mit Lorbeerblatt zugeben und mit Wein ablöschen. Brühe, Kartoffeln und frischen Thymian hinzufügen, mit guter Prise schwarzem Pfeffer würzen und im Ofen 30 Min. garen. Keulen aus der Form nehmen, mit Alufolie abdecken und im Ofen warm halten. Sud aufkochen, Tomatenmark einrühren und etwas reduzieren. Gemüse auf vorgewärmte Teller verteilen, die Puten Unterkeulen darauf geben und mit Sud benetzen. Geröstete Aprikosen auf Tellern verteilen.

Zubereitungszeit: ca. 60 Minuten

Pro Person ca. 398 kcal, E 46 g, F 10 g, KH 23 g