Putenkeulen in Orangensaft garen

Der Orangensaft verleiht den Putenkeulen in Orangensaft garen ein wunderbares Aroma. Dieses Rezept muss man unbedingt ausprobieren!

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 10 min

Koch/Backzeit: 50 min

Gesamtzeit: 60 min

Zutaten

4 Stk.	Putenkeulen
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer
1 Schuss	Süßwein
1 TL	Koriandersamen
1 TL	Zimt
1 TL	Kreuzkümmel
2 Stk.	Sternanis
250 ml	Orangensaft
2 EL	Butter

Zubereitung

1. Nach diesem Rezept köstliche **Putenkeulen in Orangensaft garen**. Im ersten Schritt die Putenkeulen mit Salz und Pfeffer auf beiden Seiten würzen.

2. Mit Hilfe eines Mörsers Koriandersamen, Kreuzkümmel sowie Zimt fein zerstoßen. Im Anschluss die Putenkeulen mit dieser Gewürzmischung einreiben.

3. In einer Pfanne Öl erhitzen. Putenkeulen hinein legen, um die Keulen beidseitig 5 Minuten

anzurösten. Ablöschen mit einem Schuss Rotwein. Die Butter unterrühren. Sternanis und Orangensaft ebenfalls hinzugeben.

4. Die Putenkeulen bei mittlerer Hitze rund 45 Minute in der Orangensauce garen lassen. In der Zwischenzeit mit einer Kelle immer wieder Orangesauce über die Putenkeule geben. So bleibt das Fleisch saftig.

5. Nach Bedarf weiteren Orangensaft aufgießen. Danach die Putenkeulen schön auf Tellern anrichten und mit beliebigen Beilagen servieren.

Tipp

Selbstgemachte Gnocchi als Beilage zu den Putenkeulen in Orangensaft reichen.