

Heimatküche

Marinierter Putenbraten aus dem Backofen mit Pilzen

... aus der Putenoberkeule – Niedrigtemperatur



Rezept und Zubereitung für 4 Personen

Backofen Niedertemperatur 80° Ober/Unterhitze

- 1 kg Putenoberkeule
- 2 EL Rapsöl
- 1 EL Sojasoße
- 1 EL Currypulver
- 1 EL Paprikapulver scharf
- Salz und Pfeffer
- 500 g Pfifferlinge oder Champignons
- 2 kleine Zwiebeln
- ¼ L Gemüse-oder Hühnerbrühe
- 1 Becher saure Sahne (200 g)

1. Rapsöl, Sojasoße, Currypulver, Paprikapulver, Salz und Pfeffer zu einer Marinade verrühren und die Putenoberkeule damit gründlich einreiben. Ungefähr 3 Stunden marinieren lassen
2. In der Zwischenzeit den Soßenansatz zubereiten. Dafür die Zwiebeln schälen und würfeln, die Pfifferlinge putzen oder die Champignons halbieren. Große Pilze vierteln
3. Einen Bräter mit einem EL Rapsöl erhitzen und die Putenkeule von allen Seiten braun anbraten, heraus nehmen und beiseite stellen
4. Im Bratenfond die Zwiebelwürfel und Pilze einige Minuten bei mittlerer Hitze anbraten und mit Brühe ablöschen
5. Den Putenbraten wieder in den Bräter mit der Soße legen und für 5 Stunden in den auf 80° vorgeheizten Backofen stellen. Ab und zu mit der Soße übergießen
6. Nach dieser Zeit den Bräter aus dem Ofen nehmen, den Braten noch kurz übergrillen, damit die Haut schön kross wird. Das Ergebnis ist ein unglaublich zarter Braten
7. Die Soße einkochen lassen, bis sie schön sämig ist, dann die saure Sahne dazu geben. Die Soße darf nicht mehr kochen, sonst flockt die Sahne aus. Nach Geschmack mit Salz und Pfeffer nachwürzen

Ich habe gleich 3 Putenoberkeulen im Backofen gehabt, die Garzeit ändert sich dabei nicht! Dazu passt sehr gut Kartoffelpüree und ein kleiner grüner Salat

Guten Appetit