

Putenkeule mit Zitronensoße

Zutaten für 4 Portionen

- 1 Putenunterkeule mit 1 kg,
- 1 unbehandelte Zitrone,
- 1 Zitrone,
- 1 EL frischer, gehackter Rosmarin,
- 1 Zimtstange,
- ½ TL Zimtpulver,
- ½ TL Koriandersamen,
- 250 ml Wasser,
- 5 EL gehackte Blatt Petersilie,
- 6 Knoblauchzehen,
- 2 EL Öl,
- 1 rote Zwiebel,
- 1 Möhre (Karotte),

Salz.



Zubereitung der Putenkeule mit Zitronensoße

Die Haut der Putenkeule vorsichtig vom dicken Ende her bis auf 1 cm lösen. Die Putenkeule kreuzweise einschneiden. Die ungespritzte Zitrone unter heißem Wasser abbürsten und längs halbieren. Mit einem Sparschäler eine Hälfte dünn schälen. Die Schalen fein würfeln. Die Knoblauchzehen abziehen und durch die Knoblauchpresse drücken. In einer Schüssel den Knoblauch, die Zitronenschale, die fein gehackten Rosmarinnadeln, Zimtpulver, Koriandersamen und eine Prise Salz gut vermengen. Die Putenkeule damit dick einreiben und die Haut wieder über die Putenkeule ziehen. Die Putenkeule in einen leicht geölten Bräter setzen und bei 175 °C Heißluft in den Backofen stellen.

Die Zwiebel schälen, halbieren und in Scheiben schneiden. Die Karotte putzen, mit dem Sparschäler schälen und in dünne Scheiben schneiden. Zwiebel und Karotte zur Putenkeule in den Bräter geben. Die andere Hälfte der ungespritzten Zitrone in ½ cm dicke Scheiben schneiden, diese nochmals halbieren. Die geschälte Zitronenhälfte und die ganze Zitrone auspressen. In einem Topf den Zitronensaft mit 250 ml Wasser und der Zimtstange zum Kochen bringen und die Zitronenstücke darin etwa 5 Min. kochen. Die Zimtstange herausnehmen und die Zitronenstücke zu der Putenkeule im Bräter geben. Die Kochflüssigkeit nach und nach angießen.

Die Putenkeule insgesamt etwa 1 ½ Std. garen. Während der Garzeit die Putenkeule öfter wenden und mit Bratensaft begießen. Die Haut zieht sich etwas zusammen. Deshalb freiliegende Teile mit Alufolie abdecken.

Tipp der Aalener Kochbären :

Wenn Sie noch eine besonders reife, ungespritzte Zitrone haben, können Sie diese in Scheiben schneiden, die Scheiben halbieren und diese in einer Pfanne mit einer Prise Zucker und etwas Olivenöl anbraten. Als Beilage ein Chiabatta Brot oder Stangenweißbrot servieren.