



Putenspieße mit Vanille - Möhrenpüree - Vorspeise

Die Zutaten für 4 Personen:

500 g **Putenbrustfilet**
Salz und Pfeffer
3 EL Bratöl
2 Vanilleschoten
300 g Möhren
2 EL Butter
1 TL Schwarzkümmel
2 Zweige Petersilie



Alle „Rot“ markierten Zutaten können Sie in unserem **online-shop** bestellen.

www.bauckhof-kueche.de

Bauckhof Klein Süstedt OHG
Eichenring 18 29525 Uelzen

Fon 0581 - 90160

Fax 0581 - 901616

versand@bauckhof.de

Zubereitung:

Die beiden Vanilleschoten längs aufschneiden, das Mark mit einem Teelöffel auskratzen und die 4 Schotenhälften im Backofen bei 200 Grad trocknen.

Danach lassen sie sich als Spieße verwenden.

Die Möhren putzen, in kleine Stücke schneiden und in Salzwasser weichkochen.

Die Putenfilets in mundgerechte Stücke schneiden (3 pro Person) und auf die Vanilleschotenhälften stecken.

Damit sich das Fleisch besser auf die Schoten stecken lässt, bitte mit einem anderen Spieß vorab durchstechen. Das Bratöl in einer Pfanne erhitzen und die Spieße rundherum goldbraun braten.

Vorsicht! - Beim Wenden bitte darauf achten, dass die getrockneten Schoten nicht zerbrechen.

Die Möhren abgießen, pürieren und mit dem Vanillemark, Butter, etwas Pfeffer und Salz abschmecken.

Mit Schwarzkümmel bestreuen und mit glatter Petersilie dekorieren.

Die Vanilleschoten werden nicht mitgegessen. Sie sind Geschmacksträger und Augenschmaus.

Viel Spaß beim Kochen und Genießen!