Artikel vom 25.02.2026 · Ausgedruckt am 11.11.2026, 17:56 Uhr

Online: https://lz-rheinland-staging.p-k3txh2.project.space/nachricht/putenunterkeule-mit-kartoffel-kraeuterpueree-und-sauerkraut

Putenunterkeule mit Kartoffel-Kräuterpüree und Sauerkraut



Foto: IDG

Putenunterkeule mit Kartoffel-Kräuterpüree und Sauerkraut

Zutaten (für 4 Personen):

2 Putenunterkeulen

4 Knoblauchzehen

Salz und Pfeffer

1 TL Kümmelsamen

2 EL Butterschmalz

3 Zwiebeln

500 ml helles Bier

500 g Hokkaido-Kürbis

250 g Rote Bete

250 g Petersilienwurzel

600 g Kartoffeln

50 ml Milch

100 ml Sahne

70 g Butter

½ TL Muskat

1 Bund gemischte Kräuter

400 g Sauerkraut

2 EL Apfelmus

2 Zweige Thymian

Zubereitung:

Knoblauchzehen schälen, pressen und mit je 1 TL Salz, Pfeffer und Kümmel mischen. Putenunterkeulen rundherum mit der Knoblauchpaste einreiben. 2 EL Butterschmalz mit den Putenunterkeulen in einen Bräter geben und bei 200 °C im Ofen etwa 15 Minuten garen.

Zwiebeln schälen und in Spalten schneiden, zu den Putenunterkeulen geben und kurz anrösten. Alles mit 250 ml Bier ablöschen. Hitze auf 180 °C reduzieren und die Putenunterkeulen etwa 90 Minuten im Ofen garen – dabei ab und zu mit dem restlichen Bier begießen.

Kürbis und Rote Bete würfeln. Petersilienwurzel schälen und in Scheiben schneiden. Gemüse salzen und pfeffern, zu den Putenunterkeulen geben und alles weitere 45 Minuten im Ofen garen.

Inzwischen Kartoffeln schälen, in grobe Stücke schneiden und in Salzwasser garen. Milch, Sahne und 50 g Butter aufkochen, mit Salz, Pfeffer sowie Muskat würzen. Kräuter hacken und mit den Kartoffeln und der Milch-Sahne-Mischung pürieren.

Sauerkraut in der restlichen Butter erwärmen und mit dem Apfelmus mischen. Putenunterkeulen aus dem Ofen holen, vor dem Aufschneiden ruhen lassen. Inzwischen die Gemüsesauce aus dem Bräter mit Salz und Pfeffer abschmecken. Alles anrichten, mit Thymian toppen und genießen.

IDG