



SCHRÖDER'S BIO FLEISCH- UND WURSTWAREN
Seestern-Pauly-Str. 12 · 21493 Schwarzenbek
Fon 04151 / 868 21 25 · Fax 04151 / 868 21 29
info@bio-fleischer-laden.de · www.bio-fleischer-laden.de

SCHRÖDER'S BIO FLEISCH- UND WURSTWAREN · Seestern-Pauly-Str. 12 · 21493 Schwarzenbek

Schröder's sommerliche Putenspieße mit Melonensalat

Rezept für 4 Personen - Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten - Grillzeit Putenspieße: ca. 12 bis 15 Minuten

Sie brauchen für die Putenspieße:

1 bis 2 Pakete Schröder's Putenoberkeule (je ca. 600 bis 800 Gramm)

2 kleine längliche Süßkartoffeln

1 Bio-Zitrone

250 ml Kokosmilch

1 Knoblauchzehe

1 EL brauner Zucker

Chilisauce oder Tabasco (grün oder rot je nach gewünschter Schärfe)

1 bis 2 EL Olivenöl zum Einpinseln des Fleisches

feines Meersalz

schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Und so geht's:

1. Putenoberkeule waschen und trocken tupfen. Haut entfernen und Fleisch vom Knochen lösen. In gleichmäßig große Stücke schneiden (siehe Foto).

2. Süßkartoffeln schälen, halbieren und in 1,5 bis 2 cm dicke Scheiben schneiden.

3. Für die Grillmarinade die Knoblauchzehe schälen und in 50 ml Kokosmilch pressen. Etwa 1 EL Saft der Zitronen und braunen Zucker zugeben, nach Wunsch mit Tabasco oder einer Chilisauce schärfen.



SCHRÖDER'S BIO FLEISCH- UND WURSTWAREN

Seestern-Pauly-Str. 12 · 21493 Schwarzenbek
Fon 04151 / 868 21 25 · Fax 04151 / 868 21 29
info@bio-fleischer-laden.de · www.bio-fleischer-laden.de

SCHRÖDER'S BIO FLEISCH- UND WURSTWAREN · Seestern-Pauly-Str. 12 · 21493 Schwarzenbek

4. Vier Metallspieße bereitlegen. Zuerst je ein Stück Süßkartoffel aufspießen und relativ weit nach oben schieben. Nun zwei Stück Pute spießen und mit einer weiteren Süßkartoffelscheibe fixieren. Nochmals zwei Stück Pute spießen und mit einer Scheibe Süßkartoffel das Ganze abschließen. Auf diese Art alle vier Spieße vorbereiten.

5. Vor dem Grillen die Putenspieße von beiden Seiten mit Öl einpinseln. Dann die Spieße über der heißen Glut etwa 3 Minuten grillen und wenden. Die Spieße sparsam mit der Marinade einpinseln. Nach etwa drei Minuten nochmals wenden und auch die andere Seite der Spieße einpinseln. Vorgang wiederholen, so dass jede Seite etwa 6 Minuten gegrillt wird.

6. Nach etwa 12 bis 15 Minuten die Spieße vom Grill nehmen, salzen und pfeffern.

7. Zu den Putenspießen vom Grill den eiskalten Melonensalat (siehe unten) servieren. Dazu passt frisches Baguette oder Fladenbrot.

Sie brauchen für den Melonensalat:

1 Zucchini

1 Bio-Gurke (mittelgroß)

1 Cantaloupe-Melone

½ Honigmelone

1 Bund Frühlingszwiebeln

1 rote Chilischote

4 Zweige Minze

1 Bio-Limette



SCHRÖDER'S BIO FLEISCH- UND WURSTWAREN
Seestern-Pauly-Str. 12 · 21493 Schwarzenbek
Fon 04151 / 868 21 25 · Fax 04151 / 868 21 29
info@bio-fleischer-laden.de · www.bio-fleischer-laden.de

SCHRÖDER'S BIO FLEISCH- UND WURSTWAREN · Seestern-Pauly-Str. 12 · 21493 Schwarzenbek

1 bis 2 TL Honig

3 EL Kokosmilch

1 bis 2 EL Walnussöl

feines Meersalz

schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Und so geht's:

1. Zucchini waschen, trocknen und halbieren. Die Kerne und das weiche Innere großzügig entfernen. Zucchini in etwa 0,5 x 0,5 cm große Würfel schneiden, in eine Schüssel geben und salzen.

2. Melonen halbieren, mit einem Esslöffel die Kerne entfernen und in gleichmäßig mittelgroße Würfel schneiden.

3. Gurke waschen und so schälen, dass Teile der Schale erhalten bleiben (siehe Foto). Gurke halbieren, Kerne mit einem Teelöffel entfernen und Gurkenhälften in Sichelform schneiden.

4. Nach etwa 30 Minuten die gesalzenen Zucchini unter fließend kaltem Wasser abwaschen und in einem Sieb abtropfen lassen. Mit Melonen und Gurke vermengen und in einer Metallschüssel für etwa 30 Minuten ins Tiefkühlfach oder den Gefrierschrank stellen.

5. Frühlingszwiebeln sorgfältig putzen. Den weißen Teil in feine Ringe schneiden, den grünen Teil in etwas gröbere Ringe schneiden.

7. Die Minze zupfen, Blätter in Streifen schneiden.

8. Abrieb und Saft der Limette mit Honig, Kokosmilch und Walnuss-Öl zu einem Salatdressing verrühren. Mit Salz, Pfeffer und nach Wunsch Tabasco oder Chilisauce würzen.



SCHRÖDER'S BIO FLEISCH- UND WURSTWAREN

Seestern-Pauly-Str. 12 · 21493 Schwarzenbek
Fon 04151 / 868 21 25 · Fax 04151 / 868 21 29
info@bio-fleischer-laden.de · www.bio-fleischer-laden.de

SCHRÖDER'S BIO FLEISCH- UND WURSTWAREN · Seestern-Pauly-Str. 12 · 21493 Schwarzenbek

9. Chilischote waschen, halbieren und unter fließend kaltem Wasser die Kerne entfernen. Mit einem scharfen Messer in feine Ringe schneiden. Danach Brett und Hände sorgfältig reinigen.

10. Metallschüssel mit dem vorbereiteten Salat aus dem Gefrierfach nehmen. Mit dem Salatdressing begießen, Frühlingszwiebeln, Chili und Minze zugeben und alles vorsichtig verrühren.

11. Eiskalt zusammen mit den heißen Putenspießen vom Grill servieren.

Guten Appetit!

Ihr Schröder-Team

Tipps:

- *Wenn Sie keine Metallspieße haben, können Sie auch Holzspieße verwenden – diese müssen vor dem Spießen etwa 20 Minuten gewässert werden. Da sie kürzer sind, machen Sie am besten zwei Spieße pro Person.*
- *Wenn Sie die Putenoberkeule nicht selbst enthäuten und vom Knochen lösen möchten, bestellen Sie einfach 3 Pakete Putenkeulensteak je 300 Gramm*
- *Mit einem Stück weichen Fladenbrot gegriffen lässt sich das Putenfleisch gut vom Spieß lösen.*