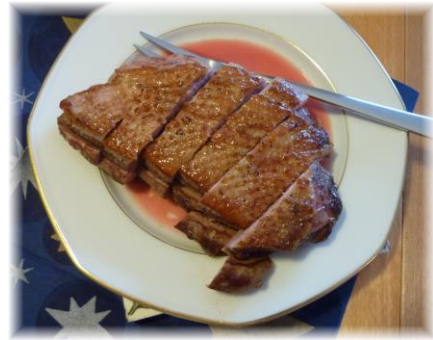


Entenbrust



Variiert nach einem Rezept
von Lea Linster

- *Variante* mit Maronen/Honig s.u. -

4 Personen

2 Entenbrustfilets
à 350 g mit Haut

- überflüssiges Fett/Haut abschneiden, Haut schachbrettartig einritzen
- Haut mit grobem (grünen) Pfeffer einreiben
- mit wenig Öl in einer Pfanne auf der Hautseite 6 min. sanft anbraten
- Fleischseite mit Meersalz bestreuen
- mit der Pfanne (Fleischseite bleibt oben) in den Ofen stellen, bei 180° Umluft garen. Das Fleisch sollte nun innen rosa sein.
- auf warmem Teller mit Alufolie bedeckt einige Minuten ruhen lassen

In der Zwischenzeit die Soße bereiten:

- Fett aus der Pfanne zum großen Teil abgießen
- mit 1 EL Wasser in der Pfanne karamellisieren
- mit dem Saft dieser Früchte ablöschen, einkochen lassen
- zugießen, auf die Hälfte reduzieren lassen
- einrühren
- einrühren
- abschmecken

Servieren:

Entenfilets in ca 1 cm dicke Scheiben schneiden und mit Orangenfilets garnieren. Sauce getrennt servieren.

Beilagen: z.B. Rotkraut und Klöße o.ä.

Variante:

- Entenbrust - einritzen, salzen, pfeffern
- auf Hautseite anbraten, umdrehen, weiter garen
- Maronen - zugeben
- 1 EL Honig - schmelzen lassen
- Gehackte Kräuter - zugeben, Honigbrühe über die Hautseite gießen – **fertig!**

Guten Appetit!