

Kochen mit Klaus

Entenbrust mit Orangensauce

Zutaten: (Für 3-4 Personen)

- 3-4 Entenbrustfilets (à 300 g), Salz, Pfeffer, Sojasauce, 3-4 Orangen,
- 50 ml Cointreau, 1 EL Puderzucker, 2 EL Tomatenmark,
- 100 ml Rotwein, 200 ml Gemüsebrühe, 1 Pck. Orangenschale,
- 100 ml Cremefine, 1 EL Preiselbeeren, Honig, Petersilie

Zubereitung:

1. Haut der Entenbrüste mit einem scharfen Messer quer einschneiden, rundum salzen u. pfeffern. Mit Sojasauce bepinseln u. 30 Min. marinieren lassen. Inzwischen 1 Orange auspressen u. mit Cointreau mischen. Rest Orangen schälen u. die Filets heraustrennen.



2. 50 ml Wasser in einer großen Pfanne erhitzen, die Brüste mit der Hautseite nach unten scharf anbraten, bis das Wasser komplett verdampft ist, nun Entenbrüste im eigenen Fett knusprig weiterbraten. Wenden u. auf der Unterseite goldbraun weiterbraten. Die Entenbrüste im vorgeheizten Backofen in einer Form bei ca. 175°C ca. 25-30 Min. nachziehen lassen. Die Haut öfters mit dem austretenden Fett bepinseln. Brüste mit Honig bepinseln u. kurz übergrillen.



3. Bratenfond mit Orangensaft, 1/3 Orangenfilets u. Finesse aufkochen. 1 EL Preiselbeeren, Puderzucker, Tomatenmark u. den Rotwein zugeben, aufkochen. Mit Cremefine u. Brühe auffüllen u. ca. 15 Min. kochen lassen. Restl. Orangenfilets (bis auf 6-8 St.) in die Sauce einlegen. Evtl. noch mit Saucenbinder andicken.



Tipp des Chaoten: Dazu Rotkohl u. Klöße servieren!



Erstellt von Klaus am 18.11.2018