

Enten-Brust-Filet mit Semmel-Knödel und Orangen-Soße

Für 2 Personen

1 Entenbrustfilet, a 400 g	3 Orangen, unbehandelt	3 Brötchen
1 Zwiebel	20 g Butter	1 EL Stärke
125 ml Milch	3 Eier	150 ml Weißwein, trocken
2 EL Weinessig, weiß	4 EL Orangenlikör	2 EL Olivenöl
1 Bund Petersilie, glatt	60 g Zucker	Pfeffer, schwarz
Salz		

Den Ofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Entenbrustfilet waschen, trocken tupfen, die Haut rautenförmig einritzen und mit Pfeffer und Salz würzen. Das Filet mit der Haut nach unten in die Pfanne legen und eine Minute scharf braten. Anschließend das Fleisch mit der Hautseite nach oben für 18 Minuten in den Ofen geben. Die Milch erwärmen, die Brötchen in Würfel schneiden und mit der warmen Milch übergießen. Die Petersilie zupfen und fein hacken. Eine Zwiebel abziehen und würfeln. Beides mit einem Teelöffel Butter anschwitzen und zu der Brötchenmasse geben. Anschließend drei Eier aufschlagen, dazu geben und alles mit Salz würzen. Den Teig zu Knödeln formen und 20 Minuten in heißem Salzwasser ziehen lassen. Die Schale der Orangen abraspeln. Eine Orange von der restlichen Schale befreien und filetieren. Die übrigen Orangen auspressen. Einen Esslöffel Butter in einem Topf schmelzen, Zucker dazu geben und karamellisieren lassen. Den Orangensaft, die Orangenscheiben und die Orangenschale dazu geben und für fünf Minuten köcheln. Den Weißwein mit einem Esslöffel Stärke vermengen, in den Topf geben und aufkochen lassen. Die Soße von der Kochstelle nehmen, den Orangenlikör dazu geben und mit Weinessig und etwas Salz abschmecken. Die Entenbrust aus dem Ofen nehmen, in Scheiben schneiden und mit den Knödeln und der Orangensoße auf Tellern anrichten.

Tanja Gellert am 30. November 2009