

Enten-Brust mit Rotwein-Pfeffer-Soße und grünem Gemüse

Für 2 Personen

2 Entenbrustfilets a 200 g	1 Scheibe Bacon	2 Schalotten
4 Stangen Spargel, grün	1 Staude Brokkoli	100 g Zuckerschoten
50 g Butter	300 ml Rotwein, trocken	150 ml Geflügelfond
50 ml Gemüsefond	1 Zweig Thymian	1 Lorbeerblatt
Olivenöl	Pfefferkörner, schwarz	Salz

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Entenbrustfilets waschen und trocken tupfen. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, darin das Fleisch etwa fünf Minuten braten. Anschließend wenden und weitere drei Minuten braten. Die Entenbrustfilets aus der Pfanne nehmen, in eine feuerfeste Form legen und für 15 Minuten im Ofen garen. Die Schalotten abziehen, klein schneiden und im Bratfett anschwitzen. Ein paar Blätter vom Thymianzweig abzupfen, zusammen mit einigen Pfefferkörnern und dem Lorbeerblatt in die Pfanne geben und mit dem Rotwein ablöschen. Das Ganze fünf Minuten kräftig einkochen lassen. Den Geflügelfond hinzugeben, aufkochen und gut verrühren. Die Soße passieren und wieder auf den Herd stellen. Die Pfefferkörner zerstoßen und unter die Soße rühren. Zuletzt etwa zehn Gramm Butter einrühren. Die Entenbrustfilets aus dem Ofen nehmen, in Alufolie einwickeln und ruhen lassen. Den Spargel von holzigen Fäden befreien und in etwa drei Zentimeter lange Stücke schneiden. Den Brokkoli in Röschen verteilen und mit dem Spargel und den Zuckerschoten vermengen. Das Gemüse mit dem Gemüsefond und der übrigen Butter in eine Pfanne geben und aufkochen lassen. Anschließend den Bacon klein schneiden und hinzugeben. Das Ganze mit Salz abschmecken und bedeckt etwa zehn Minuten dünsten lassen. Abschließend den Deckel abnehmen und die Flüssigkeit einkochen lassen. Die Entenbrustfilets mit dem Gemüse auf Tellern anrichten und mit der Soße garnieren.

Frederik Schlemmer am 06. Januar 2010