

Enten-Brust, Mangold, Portwein-Soße, Kürbis-Cappuccino

Für 2 Personen

| | | |
|---------------------------|----------------------|-------------------|
| 2 Entenbrustfilets a 200g | 200 g junger Mangold | 1 Hokkaido-Kürbis |
| 1 Knoblauchzehe | 1 rote Chilischote | 2 Zweige Rosmarin |
| 1 Zimtstange | 1 TL Currypulver | 400 ml Kokosmilch |
| 80 ml Orangensaft | 150 ml Hühnerfond | 150 ml Sojasoße |
| 150 ml Cola | 150 g Honig | 50 ml Portwein |
| 1EL Balsamico | 150 ml Milch | 1 EL Kürbiskernöl |
| 1 EL Speisestärke | Zucker | Salz |
| schwarzer Pfeffer | | |

Den Backofen auf 150 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Rosmarin zupfen und fein hacken. Für den Lack die Sojasoße, die Cola, die zerhackten Rosmarinblätter und den Honig verrühren und erhitzen. Das Ganze auf circa zwei Drittel einkochen lassen. Die Entenbrüste waschen, trocken tupfen und auf der Hautseite kreuzweise einschneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen. Auf der Hautseite in einer beschichteten Pfanne knusprig anbraten und wenden. Dann die Hautseite mit dem Lack einpinseln und im vorgeheizten Backofen circa 15 Minuten garen, immerzu mit dem Lack überpinseln. Währenddessen den Mangold von den Stielen befreien, waschen und trocken tupfen und beiseite stellen. Für den Cappuccino den Orangensaft erhitzen. Die Chilischote halbieren und die Hälfte zusammen mit dem Zimt und dem Currypulver aufkochen. In der Zwischenzeit den Kürbis aufschneiden und vom Kerngehäuse befreien. Anschließend raspeln und mit Salz und einer Prise Zucker würzen. Die Gewürze aus dem Orangensud nehmen und die Kürbisraspeln zusammen mit der Kokosmilch dazugeben. Das Ganze pürieren und köcheln lassen. Für die Soße den Portwein mit dem Balsamico erhitzen und bei starker Hitze auf die Hälfte einkochen lassen. Den Fond dazugeben und aufkochen lassen. Mit Pfeffer und Salz abschmecken und eventuell mit Stärke abbinden. Olivenöl in einem großen Topf erhitzen und die Mangoldblätter darin ein bis zwei Minuten mit der angedrückten Knoblauchzehe dünsten. Zum Anrichten den Mangold in die Mitte des Tellers geben. Die Entenbrüste aus dem Ofen nehmen, quer in dünne Scheiben schneiden und mit der Soße beträufeln. Für den Milchschaum die Milch mit einer Prise Zucker leicht erwärmen und mit dem Stabmixer aufschäumen. Den Cappuccino in ein Glas geben, den Milchschaum vorsichtig auf dem Kürbiscappuccino anrichten und mit Kürbiskernöl beträufeln. Die lackierte Entenbrust mit Mangold, Portweinsoße und dem Cappuccino im separaten Glas auf einem Teller anrichten und servieren.

Bernd Prochaska am 30. November 2011