

Enten-Brust mit Honig-Pfeffer-Kruste, Linsen-Gemüse

Für zwei Personen

2 Entenbrüste, á 250 g	200 g Kartoffeln	250 g getrocknete Tellerlinsen
100 g Knollensellerie	2 Karotten, mittelgroß	1 Stange Lauch
1 Tomate	2 Schalotten	1 Knoblauch
1 Bund glatte Petersilie	4 EL Honig	40g Butter
500 ml Gemüsefond	100 ml heller Balsamicoessig	50 ml Crema di Balsamico
Olivenöl, bunter Pfeffer	Salz, schwarzer Pfeffer	

Den Backofen auf 120 Grad vorheizen. Die Entenbrust waschen und trocken tupfen. Den Knoblauch abziehen und fein hacken. Die Thymian- und Rosmarinnadeln von den Stängeln entfernen. Eine Pfanne erhitzen und die Entenbrust zuerst auf der Hautseite anbraten, dann wenden. Thymian, Rosmarin und Knoblauch zugeben. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen, die Haut mit dem Honig bestreichen, mit reichlich Pfeffer würzen und zum Weitergaren in den vorgeheizten Backofen geben. Die Karotten, den Sellerie sowie den Lauch waschen und fein würfeln. Die Schalotten abziehen und ebenfalls fein würfeln. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Schalotten in der Pfanne glasig anschwitzen und mit 50 Milliliter hellem Balsamicoessig ablöschen. Den Essig etwas einreduzieren lassen. Das Gemüse mit in die Pfanne geben und anschwitzen. Die Linsen in die Pfanne zu dem Gemüse geben und mit dem Gemüsefond aufgießen. Alles bei niedriger Hitze garen lassen, bis die Linsen weich sind. Während des Garvorgangs immer wieder etwas Fond nachgießen. Alles mit Pfeffer, Salz, der Butter und dem Crema di Balsamico abschmecken. Die Kartoffel schälen, waschen und in Würfel schneiden. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Kartoffeln darin anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend aus der Pfanne nehmen und auf einem Küchenpapier abtropfen lassen. Die Tomate waschen, vierteln, entkernen, enthäuten und in kleine Würfel schneiden. Die Petersilie waschen, trocken tupfen und fein hacken. Beides unter die fertigen Linsen rühren. Die Entenbrust aus dem Ofen nehmen und in Tranchen schneiden. Das Linsengemüse auf einem Teller anrichten, die geschnittene Entenbrust oben auf legen und servieren.

Thomas Kuhnt am 26. November 2012