

Enten-Brust mit Cashew-Kruste und Karotten-Püree

Für zwei Personen

Für die Ente:

2 Entenbrüste à 250 g	200 g Cashewkerne	4 EL Panko-Brösel
3 EL Honig	Olivenöl	

Für das Püree:

500 g Karotten	2 Schalotten	100 ml Gemüsefond
150 ml Sahne	Öl, Salz, Pfeffer	

Für die Sauce:

10 Zwetschgen	1 Zwiebel	2 EL Akazienhonig
70 g Zucker	2 EL Butter	Rotwein, Salz, Pfeffer

Ofen auf 150 Grad Ober- /Unterhitze vorheizen.

Für die Kruste Cashewkerne klein mahlen und mit den Panko-Bröseln vermengen.

Haut der Entenbrust abziehen und Brüste in einer Pfanne mit Öl anbraten. Aus der Pfanne nehmen und mit Honig bestreichen. Anschließend Cashew-Brösel Mischung auf der Ente zu einer Kruste formen. Im Ofen 10 bis 15 Minuten garen.

Für das Püree Karotten schälen und klein schneiden. Schalotte abziehen und klein würfeln. In einem Topf Karotten mit Öl anbraten, mit Fond ablöschen und Schalotte hinzugeben. Nach fünf Minuten Sahne dazugeben und mittels Stabmixer pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Sauce Zwetschgen waschen, halbieren und entkernen. Zucker in einer Pfanne karamellisieren lassen. Honig dazugeben und ebenfalls karamellisieren lassen. Mit Rotwein ablöschen. Zwetschgen zugeben. Zwiebel abziehen, klein schneiden und ebenfalls hinzufügen. Mit Butter abschmecken. Anschließend durch ein Sieb geben und Zwetschgen pressen. Die Sauce beiseite stellen.

Für die Garnitur die übrigen Zwetschgen in derselben Pfanne in Honig und Zucker kurz anbraten und zur Sauce geben.

Entenbrust mit Cashewkruste und Karottenpüree auf Tellern anrichten. Zwetschgen-Sauce mit den Zwetschgen dazugeben und servieren.

Sonya Kraus am 10. November 2016