

Enten-Brust mit Glühwein-Soße, Kartoffel-Stampf

Für zwei Personen

Für die Glühweinte:

1 Entenbrust, à 200 g	300 ml Glühwein	5 EL Zucker
Pfeffer	Salz	

Für den Kartoffelstampf:

500 g Rosenkohl	2 mehligk. Kartoffeln	75 g Feldsalat
75 g Walnusskerne	1 EL Zucker	1 EL Wasser
1 TL Backnatron	Muskat	Pfeffer, Salz

Ofen auf 140 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für die Glühweinsauce den Zucker in einer Pfanne karamellisieren lassen, dann mit 250 Milliliter Glühwein ablöschen. Aufkochen und köcheln lassen, bis eine sirupartige Konsistenz erreicht ist. Den restlichen Glühwein je nach Konsistenz dazu geben. Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Rosenkohl waschen, putzen und vierteln. Die Kartoffeln schälen und in kleine Scheiben schneiden. Die Walnüsse hacken, den Feldsalat putzen und in Streifen schneiden. Wasser zum Kochen bringen. Salzen und die Kartoffeln und den Rosenkohl darin garen, bis beides weich ist. Die Zugabe von etwas Backnatron bewirkt, dass der Rosenkohl schön grün bleibt. Natürlich kann das Backnatron auch weggelassen werden.

Währenddessen die Ente waschen und trocken tupfen. Die Haut karoförmig mit einem scharfen Messer einschneiden, ohne jedoch das Fleisch zu verletzen. Ente in einer Pfanne mit der Hautseite langsam erhitzen und das Fett bei moderater Temperatur auslassen. Temperatur erhöhen und auf der Hautseite im eigenen Fett etwa sechs Minuten braten. Wenden und nochmal zwei Minuten braten. Dann für etwa sechs Minuten mit der Hautseite nach oben in den Ofen geben. Nach Ablauf der Zeit die Ente in Alufolie wickeln und etwa zehn Minuten ruhen lassen.

In der Zwischenzeit die Walnüsse karamellisieren. Hierfür den Zucker mit einem Esslöffel Wasser in eine Pfanne geben und warten, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Dann die Walnüsse hinzugeben und warten, bis sich alles Wasser verflüchtigt hat.

Den Rosenkohl und die Kartoffeln mit einem Schöpflöffel aus dem Sud nehmen und beides zerdrücken. Unter die Masse den Feldsalat und die Walnüsse mischen, anschließend den Stampf mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken.

Entenbrust aufschneiden und mit der Glühweinsauce und dem Kartoffel-Stampf servieren.

Carina Kaufmann am 29. November 2016