

# Enten-Brust, Kartoffel-Maronen-Stampf und Spitzkohl

**Für zwei Personen**

**Für die Entenbrust:**

2 Entenbrüste, à ca. 350 g                      2 EL Butter                      Meersalz, Pfeffer

**Für den Kartoffel-Maronen-Stampf:**

700 g große mehligk. Kartoffeln                      50 g Butter                      300 ml Milch  
100 g vorgegarte Maronen                      1 Orange                      1 Muskatnuss

Meersalz

**Für den Spitzkohl:**

500 g Spitzkohl                      2 rote Zwiebeln                      2 EL Butter  
1 EL Mehl                      1 EL Apfelessig                      200 ml Geflügelfond  
1 Bund Koriandergrün                      1 Muskatnuss                      Meersalz

Den Ofen auf 160 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen.

Entenbrust waschen und mit etwas Küchenpapier trocken tupfen. Die Haut der Entenbrust mit einem scharfen Messer kreuzweise einritzen, dabei aufpassen, dass man nicht ins Fleisch schneidet und kräftig mit Meersalz und Pfeffer würzen. Eine Pfanne erhitzen und die Entenbrust zunächst mit der Hautseite nach unten etwa fünf Minuten kräftig anbraten, bis sie goldbraun ist, dann wenden und auf der Fleischseite zwei bis drei Minuten weiterbraten. Beim Wenden aufpassen, dass man nicht mit einer Gabel ins rohe Fleisch sticht, sonst tritt der Fleischsaft aus und die Entenbrust wird trocken.

Entenbrust auf der Fleischseite mit Meersalz und Pfeffer würzen, mit Butter und der Gewürzmischung einreiben und in einer ofenfesten Auflaufform im Ofen etwa 12-15 Minuten rosa garen. Wichtig: Das Fleisch muss nach dem Garen ruhen. Entenbrust aus dem Ofen nehmen, in Alufolie wickeln und bei Raumtemperatur fünf Minuten ruhen lassen.

Für den Stampf Kartoffeln schälen, klein schneiden und in Salzwasser gar kochen. Milch mit den Maronen in einen Topf geben und erhitzen. Kartoffeln abgießen, mit einem Kartoffelstampfer grob zerstampfen und Butter unterrühren. Die Maronen in der Milch leicht zerstampfen. Dann nach und nach die heiße Maronenmilch unter den Kartoffelstampf mischen. Schale der Orange abreiben. Stampf mit Abrieb, etwas Meersalz und Muskat abschmecken.

Für den Spitzkohl diesen der Länge nach halbieren, Strunk herausschneiden, die äußeren Blätter entfernen und aufblättern. Spitzkohlblätter in feine Streifen schneiden. Zwiebeln abziehen und in Streifen schneiden. Butter in einem Topf erhitzen, Zwiebelstreifen kurz darin anbraten, Spitzkohl zugeben, umrühren und mit Mehl bestäuben. Apfelessig und Fond dazu gießen und alles fünf Minuten bissfest dünsten. Zuletzt Koriandergrün klein schneiden, untermischen und mit Meersalz und Muskat abschmecken.

Ente aus der Folie wickeln, in ein Zentimeter dicke Scheiben schneiden und auf Tellern anrichten. Spitzkohl und Kartoffel-Maronen-Stampf daneben geben und servieren.

Harry Grötz am 05. Dezember 2016