

Enten-Brust mit Orangen-Risotto in der Lauch-Hülle

Für zwei Personen

Für das Geflügel:

2 Entenbrüste à 150 g	1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Thymian
Pflanzenöl	Salz	Pfeffer

Für den Honig:

100 g flüssiger Honig	1 Sternanis	1 Zimtstange
1 Nelke	1 Kardamomkapsel	1 Orange, Zesten
$\frac{1}{2}$ TL gerebelter Thymian		

Für das Risotto:

100 g Risottoreis	1 Orange, Abrieb	$\frac{1}{4}$ Hokkaido-Kürbis
$\frac{1}{4}$ Knolle Sellerie	$\frac{1}{2}$ Stange Lauch	1 Karotte
50 g Parmesan	100 ml trockener Weißwein	100 ml Orangensaft
300 ml Hühnerfond	1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Thymian
1 TL Zucker	100 g Butter	Salz, Pfeffer

Für die Lauch-Hülle:

1 Stange Lauch	1 EL Butter	Salz, Pfeffer
----------------	-------------	---------------

Für das Topping:

20 g gepoppter Reis	2 Borretsch-Blüten	1 Orange, Abrieb
$\frac{1}{2}$ TL Lebkuchengewürz	Salz	

Für das Geflügel:

Den Ofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Entenbrust waschen, trockentupfen und auf der Hautseite rautenförmig einschneiden. In einer Pfanne ohne Öl die Entenbrust auf der Hautseite knusprig braten. Dabei das Geflügel mit einem kleinen Topf beschweren. Rosmarin und Thymian mit in die Pfanne geben. Das Fleisch kurz wenden und mit der Hautseite nach unten für 8 Minuten in den Ofen geben.

Die Entenbrust herausnehmen, in Alufolie einschlagen und ruhen lassen.

Für den Honig:

Sternanis, Zimt, Nelke und angedrückten Kardamom in einem kleinen Topf ohne Öl anrösten. Den Honig dazugeben und bei geringer Hitze ziehen lassen. Von der Orange einige Zesten reißen und diese mit gerebeltem Thymian unter den Gewürzhonig rühren.

Die Entenbrust mit dem Würzhonig einreiben und noch einmal kurz in einer sehr heißen Pfanne auf der Hautseite anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für das Risotto:

Karotte und Sellerie schälen, von den Enden befreien und fein würfeln.

Den Kürbis vierteln, das Kerngehäuse herauslösen und das Fruchtfleisch grob hacken. Den Lauch von der äußeren Schale und dem Wurzelwerk befreien und in dünne Ringe schieben. 1 EL Butter in einem Topf aufschäumen und darin das Gemüse scharf anbraten.

Mit Zucker, Salz und Pfeffer würzen und die Hälfte des Gemüses beiseite stellen.

Den Reis dazugeben, kurz mitrösten und mit Weißwein ablöschen. Hühnerfond und Orangensaft angießen und bei geringer Hitze etwa 15 Minuten kochen. Orangenabrieb, Rosmarin und Thymian hinzugeben.

Die Orange filetieren und die Filets mit dem angedünsteten Gemüse zum Risotto geben.

Den Parmesan auf einer Vierkantreibe reiben und das Risotto mit Parmesan, übriger Butter, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Lauch-Hülle:

Die äußeren Blätter vom Lauch in einem Topf mit kochendem Salzwasser etwa 2 Minuten blanchieren, in Eiswasser abschrecken und trockentupfen. Butter in einer Pfanne aufschäumen, die Blätter darin anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen und einen Ring daraus formen.

Für das Topping:

In einem kleinen Topf den gepoppten Reis kurz anrösten und mit dem Lebkuchengewürz, dem Abrieb einer halben Orange und etwas Salz würzen.

Den Lauchring auf Tellern anrichten, das Orangen-Risotto hineingeben und die Entenbrust darauf legen. Auf die Entenbrust den gepoppten Reis drapieren und mit einer essbaren Blüte Borretsch garniert servieren.

Markus Fütterer am 15. Januar 2018