

Enten-Brust, Kartoffel-Stampf, Gemüse, Erdbeeren, Soße

Für zwei Personen

Für das Fleisch:

2 Entenbrüste á ca. 140 g	30 ml Ahornsirup	20 g Butter
Salz	Pfeffer	

Für den Stampf:

5 mittelgroße Kartoffeln	1 Muskatnuss	20 g Butter
Salz		

Für das Gemüse:

6 Minikarotten am Grün	12 Zuckerschoten	10 g Butter
1 Prise Zucker	Salz	

Für die gebratenen Erdbeeren:

12 mittelgroße Erdbeeren	1 Zweig Estragon	10 ml Ahornsirup
5 g Butter	1 Prise Salz	

Für die Schoko-Senf-Sauce:

1 TL Schokosenf	1 Schalotte	50 ml Rotwein
20 g Butter	1 Prise Zucker	1 Prise Salz
Pfeffer		

Für das Fleisch:

Den Ofen auf 80°C vorheizen. Entenbrüste waschen, trockentupfen und die Haut mit einem scharfen Messer rautenförmig einschneiden. Pfanne heiß werden lassen und Entenbrüste von der Hautseite in Butter und Ahornsirup 3 Minuten scharf anbraten. Wenden und nochmals 2 Minuten braten. Auf Rost geben und im Ofen auf eine Kerntemperatur von ca. 55°C garen lassen. Brust aus dem Ofen nehmen, in Scheiben aufschneiden und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für den Stampf:

Kartoffeln schälen, in kleine Würfel schneiden und in Salzwasser gar kochen. Wasser bis auf einen kleinen Rest abgießen. Mit Salz und Muskatnuss abschmecken und Butter in Kartoffeln schmelzen lassen. Mit einem Kartoffelstampfer fein stampfen.

Für das Gemüse:

Karotten schälen und putzen, etwas Grün stehen lassen. Zuckerschoten waschen. Butter in Pfanne erhitzen und Karotten und Zuckerschoten zusammen mit etwas Zucker für circa 3 Minuten glasieren. Mit Salz abschmecken.

Für die gebratenen Erdbeeren:

Erdbeeren waschen, vom Grün befreien und vierteln. Estragon abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Erdbeeren mit Ahornsirup und Estragon vermischen. Butter in Pfanne schmelzen lassen und Erdbeeren sehr kurz anbraten, mit Salz würzen.

Für die Schoko-Senf-Sauce:

Schalotte abziehen und würfeln. Butter in einem Topf schmelzen und Schalotte anbraten. Mit Zucker karamellisieren. Mit Rotwein ablöschen, Schokosenf hinzugeben und reduzieren lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Krasimira Krasteva am 16. August 2018