

Enten-Brust, Portweinjus, Wirsing-Püree, Polenta-Taler

Für zwei Personen

Für die Entenbrust:

2 Entenbrüste à 300 g 2 EL Butter 1 Zimtstange

Für das Wirsingpüree:

300 g Wirsing 400 ml Gemüsefond 1 Zitrone
40 g Butter 1 TL Honig 1 Muskatnuss
Salz Pfeffer

Für die Polenta-Taler:

300 g Instant Polenta 1 Knoblauchzehe 500 ml Gemüsefond
400 g Sahne 2 Zweige Thymian Olivenöl, Salz, Pfeffer

Für die Portweinjus:

400 ml Kalbsfond 100 ml Portwein 4 Schalotten
1 EL Tomatenmark 4 Zweige Thymian 1 Lorbeerblatt
Salz Pfeffer

Für die Entenbrust: Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Entenbrüste waschen, trockentupfen, auf beiden Seiten mit etwas Salz würzen. Hautseite mit einem scharfen Messer rautenförmig einritzen. Dabei nur die Fettschicht einritzen und nicht bis zum Fleisch einschneiden. Entenbrüste mit der Fettschicht nach unten in eine kalte Pfanne ohne Öl legen und bei mittlerer Temperatur langsam erhitzen. Haut gleichmäßig braun und kross braten. Brüste kurz von der anderen Seite anbraten. Den Bratensatz der Ente für die Portweinjus zur Seite stellen.

Fleisch nun etwa 20 Minuten bei 100°C auf dem Rost fertig garen. Um die Haut nach dem Garen wieder knusprig zu bekommen, Brüste mit der Fettschicht nach unten in die kalte Pfanne legen und die Hitze wieder hochfahren. Butter und Zimtstange zum Fleisch geben, Butter aufschäumen lassen und darin das Fleisch kurz schwenken damit es den Butter-Zimtgeschmack aufnehmen kann.

Für das Wirsingpüree: Wirsing waschen, trockenschleudern und in kleine Stücke schneiden. Mit Gemüsefond und etwas Salz in einen Topf geben und weich kochen.

Zitrone unter heißem Wasser abwaschen und die Schale abreiben. Fond abgießen. Wirsing mit Butter fein pürieren und mit Salz, Pfeffer, Honig, etwas Zitronenabrieb und Muskat abschmecken.

Für die Polenta-Taler: Knoblauch abziehen. Thymian abbrausen und trockenwedeln. Gemüsefond, Sahne, Knoblauch und Thymian in einem Topf aufkochen. Polenta vorsichtig einrühren und alles ca. 1 Minute bei schwacher Hitze unter ständigem Rühren kochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Thymian und Knoblauch entfernen. Polentamasse anschließend auf ein leicht geöltes Backblech oder in eine Auflaufform geben, glatt streichen und kaltstellen. Polenta mit dem Messer in Form schneiden und in etwas heißem Olivenöl von beiden Seiten knusprig braten.

Für die Portweinjus: Schalotten abziehen, würfeln und im Bratensatz der Ente glasig anbraten. Tomatenmark dazugeben und mit anrösten. Mit Portwein und Kalbsfond ablöschen. Thymian abbrausen und trockenwedeln. Thymian, Lorbeerblatt, Salz und Pfeffer zum Sud geben, alles zum Kochen bringen und auf $\frac{1}{4}$ einkochen lassen. Danach durch ein Sieb geben. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Sabine Müller am 20. November 2018