

# Enten-Brust mit Glasnudel-Salat und Soja-Champignons

**Für zwei Personen**

**Für die Entenbrust:**

500 g Entenbrust	1 unbehandelte Orange	60 g Butter
10 ml Olivenöl	Salz	Pfeffer

**Für den Glasnudelsalat:**

100 g Glasnudeln	1 rote Paprika	50 g Gurke
30 g Karotte	2 unbehandelte Limetten	20 g frische Sojasprossen
10 g Honig	5 ml weiße Sojasauce	Salz, Pfeffer

**Für die Champignons:**

200 g weiße Champignons	1 unbehandelte Orange	10 g Butter
60 ml dunkle Sojasauce	20 g Honig	

**Für die Entenbrust:**

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Entenbrust auf der Hautseite rautenförmig einschneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen und in einer heißen Pfanne mit Olivenöl scharf anbraten. Zunächst die Hautseite knusprig werden lassen und anschließend auf die Fleischseite wenden. Nach einigen Minuten die Temperatur verringern. Die Orange halbieren und auspressen. Den Saft zusammen mit der Butter zu der Ente geben. Kurz ziehen lassen und die Ente anschließend für 15 Minuten in den Ofen geben.

**Für den Glasnudelsalat:**

Glasnudeln in warmem Wasser einweichen und abtropfen lassen.

Gurke und Karotte schälen. Paprika halbieren und Kerngehäuse entfernen. Alles in feine Würfel schneiden. Alles zusammen mit den Glasnudeln und Sojasprossen in eine Schüssel geben und vermengen.

Limetten halbieren und auspressen. Limettensaft zusammen mit Honig und Sojasauce zum Salat geben und alles gut marinieren lassen. Zum Schluss mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**Für die marinierten Champignons:**

Champignons putzen und klein schneiden.

Eine Pfanne mit Butter erhitzen und die Champignons darin anbraten. Die Orange halbieren und auspressen. Champignons mit dem Saft und der Sojasauce ablöschen und mit dem Honig verfeinern. Alles einkochen lassen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Enrico Albrecht am 28. März 2019