

Enten-Brust, Blumenkohl-Pilz-Gemüse, Kartoffel-Stampf

Für zwei Personen

Für die Entenbrust:

2 Entenbrüste, à ca. 200 g Salz Pfeffer

Für das Gemüse:

300 g Blumenkohl 4 Kräuterseitlinge 30 g Mandelstifte
2 EL Butter Salz Pfeffer

Für den Kartoffel-Stampf:

500 g mehligk. Kartoffeln 1 kleiner Kohlrabi 150 ml Milch
1 EL Butter 2 Zweige Petersilie Muskatnuss
1 EL Butter Salz Pfeffer

Für die Garnitur:

40 g Johannisbeeren $\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch 1 EL Balsamico
2 EL Olivenöl 1 TL Zucker Salz, Pfeffer

Für die Entenbrust:

Backofen auf 160° C vorheizen.

Entenbrüste auf der Hautseite kreuzweise einschneiden.

Fleisch auf der Hautseite mit Salz würzen. Mit der Hautseite in einer Pfanne ohne Fett und bei starker Hitze 4 - 5 min. braten. Die Fleischseite mit Salz und Pfeffer würzen, wenden und ca. 2 min. auf der Fleischseite braten. Aus der Pfanne nehmen und im heißen Backofen auf mittlerer Schiene 8 - 10 min. weiter garen. Die Pfanne mit dem Bratfett für den späteren Gebrauch beiseite stellen. Anschließend in Folie wickeln und ca. 4 min. ruhen lassen. Kurz vorm Servieren mit der Hautseite nach oben im Ofen für ca. 3 min. mit der Grillfunktion grillen.

Für das Blumenkohl-Kräuterseitling-Gemüse:

Pilze putzen, Stiele entfernen und Kappen in Scheiben schneiden.

Blumenkohl in kleine Röschen teilen.

Mandelstifte in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten.

Die Pfanne mit dem Entenfett erneut erhitzen. Blumenkohl und Pilze darin anbraten und ca. 7 min. garen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die gerösteten Mandelstifte sowie Butter unterheben.

Für den Kartoffel-Kohlrabi-Stampf:

Kartoffeln und Kohlrabi schälen, würfeln und beides in Salzwasser gar kochen. Milch erwärmen. Kartoffel-Kohlrabi-Wasser abgießen, Butter und warme Milch einrühren und grob stampfen. Mit etwas Muskatnuss würzen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Petersilienblätter von den Stielen zupfen, hacken und auf den Stampf geben.

Für die Garnitur:

Johannisbeeren von der Rispe streichen und mit Zucker mischen.

Schnittlauch in Röllchen schneiden, mit Balsamico und Öl verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen.

Gezuckerte Johannisbeeren und Schnittlauch-Vinaigrette zu der Entenbrust servieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Nicole Starke am 07. Oktober 2019