

# Barbarie-Enten-Brust mit Orangen-Rotwein-Soße

**Für zwei Personen**

**Für die Barbarie-Entenbrust:**

2 Entenbrüste, mit Haut	1 Knolle Knoblauch	2 Zweige Thymian
Meersalz	Salz	Pfeffer

**Für den Wildkräutersalat:**

300 g Wildkräutersalat	1 TL scharfer Senf	1 TL Honig
1 EL Himbeeressig	2 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer

**Für den Süßkartoffelstampf:**

300 g Süßkartoffeln	200 g mehligk. Kartoffeln	100 ml Milch
2 EL Butter	1 Muskatnuss	Salz, weißer Pfeffer

**Für die Orangen-Sauce:**

4 Orangen	250 ml Rotwein	3 Zweige Thymian
30 g Butter	4 EL brauner Zucker	2 TL Speisestärke

**Für die Garnitur:**

Frühlingszwiebeln

**Für die Barbarie-Entenbrust:**

Den Backofen auf 150 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Haut der Entenbrust rautenförmig einschneiden. Beide Seiten mit Pfeffer und Salz würzen. Die Entenbrust mit der Hautseite in eine kalte Pfanne ohne Öl legen. Den Knoblauch halbieren und eine Hälfte mit der Schnittfläche nach unten dazugeben. Thymian abbrausen, trockenweldeln und dazugeben und die Entenbrust scharf anbraten. Die Entenbrust wenden sobald die Haut knusprig ist und eine Minute bei ausgeschaltetem Herd ziehen lassen. Mit der Hautseite nach oben die Ente in den Ofen geben und bis zu einer Kerntemperatur von 63 Grad garen. Mit Meersalz würzen.

**Für den Wildkräutersalat:**

Öl, Himbeeressig, Senf und Honig vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Dressing zum Salat geben.

**Für den Süßkartoffelstampf:**

Kartoffeln und Süßkartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden. In Salzwasser weichkochen. Wasser abgießen und die Kartoffeln mit Milch und Butter stampfen. Mit Salz, weißem Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

**Für die Orangen-Rotwein-Sauce:**

Orangensaft auspressen und bis auf einen kleinen Rest mit Rotwein und Zucker aufkochen. Thymian hinzufügen, um ein Drittel einkochen und den Zweig entfernen. Speisestärke mit übrigem Orangensaft verrühren und die eingekochte Sauce damit binden. Butter unterheben.

**Für die Garnitur:**

Frühlingszwiebeln putzen, fein schneiden und über das Gericht geben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Markus Döring am 12. März 2020