

Barbarie-Entenbrust, Orangen-Soße, Pastinaken-Püree

Für zwei Personen

Für die Entenbrust:

2 Barbarie-Entenbrüste 1 Zweig Thymian Salz, Pfeffer

Für die Orangen-Sauce:

4 Orangen, Filets, Saft 4 EL Ahornsirup 500 ml Geflügelfond

100 ml Gemüsefond 1 EL Balsamicoessig 1 EL Stärke

2 Zweige Beifuß

Für das Pastinakenpüree:

3 Pastinaken 1 Zwiebel 50 ml Sahne

2 EL Butter 100 ml Gemüsefond 1 EL Balsamicoessig

Salz

Für die Butter-Möhren:

200 g Babymöhren 1 EL Butter

Für die Garnitur:

1 Zweig Thymian essbare Blüten

Für die Barbarie-Entenbrust:

Den Backofen auf 120 Grad Umluft vorheizen.

Haut der Entenbrüste mit einem scharfen Messer rautenförmig einschneiden. Beide Seiten mit Salz und Pfeffer würzen. Eine Pfanne ohne Öl mit Thymian stark erhitzen, Entenbrüste mit der Hautseite nach unten hineinlegen und 2 Minuten braten, bis sie goldbraun und knusprig sind. Das ausgelassene Fett in einer Schale aufbewahren.

Entenbrüste im Backofen 13 Minuten bis zu einer Kerntemperatur von 59 Grad garen.

Entenbrüste aus dem Ofen nehmen, kurz ruhen lassen und in Scheiben schneiden.

Für die Orangen-Sauce:

Orangen gründlich waschen und schälen. Orangenfilets herausschneiden. Den Rest der Orange auspressen, um den Saft zu gewinnen. In die Entenbrust-Pfanne den Ahornsirup geben und schäumen lassen. Orangensaft dazugeben und leicht einkochen lassen.

Falls die Sauce zu dick wird, etwas Gemüsefond unterrühren. Stärke und Beifuß dazu geben. Sauce durch ein feines Sieb passieren und die Hälfte der Orangenfilets unterrühren.

Für das Pastinakenpüree:

Pastinaken schälen und in grobe Würfel schneiden. Zwiebel abziehen, grob würfeln, in einer Pfanne anbraten und salzen. Mit Balsamico ablöschen. Sahne und Gemüsefond dazugeben. Mit geschlossenem Deckel etwa 20 Minuten schmoren lassen. Anschließend pürieren und mit Salz abschmecken.

Für die Butter-Möhren:

Möhren schälen. Möhren in kochendem Wasser 2 Minuten blanchieren.

Danach abgießen und in einer Pfanne mit Butter schwenken.

Für die Garnitur:

Gericht mit Thymian und Blüten garnieren.

Max Pirch am 09. Juni 2025