

## Ente mit Lauch-Pasta und Orangen-Soße

### Für zwei Personen

2 Entenbrustfilets, à 200 g	150 g Fusilli	150 g Lauch
20 g Butter	20 g Haselnüsse	1 Zimtstange
1 Gewürznelke	1 TL Maisstärke	150 ml Orangensaft
100 ml Kalbsfond	Öl, Pfeffer, Salz	

Den Backofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen und die Pasta darin al dente kochen. Zunächst die Entenbrüste waschen, trocken tupfen und die Fettschicht rautenförmig einschneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit der Fettschicht nach unten in eine kalte Pfanne legen. Die Pfanne heiß werden lassen und das Fleisch circa vier Minuten anbraten. Dann wenden und in weiteren circa vier Minuten fertig braten. Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen. Das Fleisch zugedeckt warm stellen und das Fett aus der Pfanne tupfen. Anschließend den Orangensaft, den Kalbsfond und die Maisstärke in derselben Pfanne verrühren. Den Zimt und die Gewürznelke hinzugeben. Das Ganze aufkochen und dann circa drei Minuten leicht kochen lassen. Nun noch die Butter darunter rühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Anschließend den Lauch putzen, die äußere Haut abziehen, gut abspülen und in feine Streifen schneiden. Den Lauch circa zwei Minuten im Nudelwasser mitkochen und dann beides abtropfen. Abschließend die Haselnüsse grob hacken und zu den Nudeln geben. Die Zimtstange und die Gewürznelke wieder aus der Sauce entfernen. Die Ente und die Lauch-Pasta auf Tellern anrichten, mit der Orangensauce garnieren und servieren.

Rolf Flückiger am 09. April 2013