

# Enten-Brust mit fruchtigem Salat

## Für zwei Personen

1 Entenbrust	100 g frische Champignons	6 Kirschtomaten
1 Radicchio	1 Endiviensalat	2 Zweige Salbei
2 Zweige Thymian	1 reife Mango	2 Orangen
2 EL Preiselbeeren	50 g Parmesan	20 g Pinienkerne
2 TL Honig	5 EL Öl	2 EL Essig
Butterschmalz	Salz, Pfeffer, Zucker	

Den Ofen auf 140 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Entenbrust waschen und trocken tupfen. Die Hautseite rautenförmig einschneiden. Etwas Butterschmalz in eine Pfanne geben, je einen Zweig Salbei und Thymian hineingeben und mit einem Esslöffel Honig erhitzen. Die Entenbrust von deinen Seiten scharf anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Im Anschluss die Entenbrust für 15 bis 20 Minuten in den Ofen geben. Die Salate putzen, klein schneiden und den Feldsalat von den Röschen zupfen. Die Mango schälen und in kleine Stücke schneiden. Von einer Orange dünne Filets ausschneiden. Die Champignons putzen, halbieren und mit den übrigen Kräutern in etwas Butterschmalz in einer Pfanne anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Kirschtomaten waschen und halbieren. Die Entenbrust aus dem Ofen nehmen und in Alufolie fünf Minuten ruhen lassen. Den Saft der zweiten Orange auspressen. Den Essig, drei bis vier Esslöffel Orangensaft, etwas Olivenöl, eine Prise Salz, eine Prise Zucker, etwas Pfeffer und einen Esslöffel Honig in einem Gefäß zu einem Dressing verquirlen. Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten. Den Salat mit der Vinaigrette vermengen, die Orangenfilets und die Mangostücke dazugeben. Die Kirschtomaten, die Pinienkerne und die Champignons mit dem Salat vermengen. Die Entenbrust aufschneiden und auf den Salat legen. Bei Bedarf mit Salz und Pfeffer nachwürzen. Je nach Geschmack kann noch etwas Parmesan über den Salat gehobelt werden.

Gina Rast am 13. August 2013