

# Enten-Brust, Feldsalat, Apfel-Carpaccio, Walnüsse, Brot

## Für zwei Personen

### Für die Entenbrust:

2 weibl. Entenbrüste      1 Zweig Rosmarin      Salz, Pfeffer

### Für den Feldsalat:

200 g Feldsalat      1 Pfirsich      3 EL Himbeer-Balsamico

1 EL Ahornsirup      50 ml Olivenöl      1 Prise Zucker

Kräutersalz      Pfeffer

### Für das Apfel-Carpaccio:

2 säuerliche Äpfel      1 Zitrone      1 EL Olivenöl

### Für die Walnüsse:

60 g Walnüsse      1 EL Zucker

### Für das Graubrot:

2 Scheiben Graubrot      2 Knoblauchzehen      3 EL Olivenöl

Salz      Pfeffer

## Für die Entenbrust:

Den Backofen auf 120 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Entenbrüste waschen, trockentupfen und ggf. Silberhaut und Sehnen entfernen. Die Haut einritzen. Entenbrüste auf der Hautseite in einer heißen Pfanne anbraten bis sie schön braun ist, dann wenden und kurz die Fleischseite braten.

Fleisch aus der Pfanne nehmen, mit Salz und Pfeffer würzen und mit der Hautseite nach oben auf ein Backblech legen. Rosmarin auf das Fleisch legen und im vorgeheizten Ofen 7-8 Minuten garen. Fleisch aus dem Ofen nehmen, kurz ruhen lassen und vor dem Servieren in Tranchen schneiden.

## Für den Feldsalat:

Feldsalat putzen, waschen, trockenschleudern und in eine Schüssel geben. Pfirsich waschen, trockentupfen, halbieren und den Kern entfernen. Das Fruchtfleisch in Würfel schneiden und zum Feldsalat in die Schüssel geben. Himbeer-Balsamicoessig, Ahornsirup, Olivenöl und 1 Esslöffel Wasser glattrühren und mit Zucker, Kräutersalz und Pfeffer abschmecken. Dressing erst kurz vor dem Servieren mit dem Salat vermengen.

## Für das Apfel-Carpaccio:

Äpfel waschen und mitsamt der Schale in dünne Scheiben hobeln.

Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Zitronensaft mit ca. 3 Esslöffel Wasser verrühren und die Apfelscheiben darin ca. 10 Minuten marinieren. Olivenöl auf einen Teller streichen und die Apfelscheiben darauf platzieren. Darauf den marinierten Feldsalat geben.

## Für die Walnüsse:

Walnüsse mit dem Zucker in einer Pfanne karamellisieren und abkühlen lassen.

## Für das Graubrot:

Knoblauch abziehen und halbieren. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Graubrot von beiden Seiten gleichmäßig anbraten. Dann mit Knoblauch einreiben und mit Salz und Pfeffer würzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Renate Kaminski am 20. Oktober 2020