

Exotisch gewürzter Rotkohl, Enten-Brüste

Für 2 Personen

1 kleiner Rotkohl (ca. 600 g)	1 rote Zwiebel	1/2 TL Korianderkörner
2 Kaffirlimettenblätter	1/2 getrocknete Chili	1/2 TL Anis
2 EL Gänseschmalz	Salz	1 TL brauner Zucker
2 EL Rotweinessig	250 ml Ananassaft	Sojasoße
150 g frische Ananas	400 Entenbrust	250 ml Geflügelbrühe
1-2 EL kalte Butter	ca. 20 Erdnüsse, gehackt	

Den Rotkohl halbieren, Strunk entfernen und den Rest in feine Streifen schneiden oder hobeln. Zwiebel schälen und in feine Scheiben schneiden. Korianderkörner, Limettenblätter, Chili und Anis in einem Mörser zerstoßen. In einen breiten Topf mit 2 EL Gänseschmalz erst die gemörsterten Gewürze geben, dann den Rotkohl und die Zwiebelringe dazu geben und anbraten. Mit wenig Salz und braunem Zucker würzen, mit Essig, Ananassaft und Sojasoße ablöschen. Bei mittlere Hitze zugedeckt ca. 20 Minuten dünsten. Ananas schälen, den Strunk entfernen, das Fruchtfleisch würfeln. Unter das Kraut mischen und noch ca. 10 Minuten weiterdünsten. Nochmals abschmecken. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 3) vorheizen. Die Entenbrust auf der Hautseite vorsichtig einritzen, dann auf der Hautseite in eine kalte Pfanne (mit hitzestabilem Griff) legen und die Pfanne erhitzen. Wenn die Haut braun ist und das Fett ausgetreten ist, das Fleisch wenden und die Fleischseite braun braten. Dann im vorgeheizten Ofen je nach Größe der Entenbrust noch 5 bis 8 Minuten fertig garen. Fleisch herausnehmen, das Fett abgießen und den Bratensatz in der Pfanne mit einem Spritzer Sojasoße und Brühe ablöschen. Kurz aufkochen, mit kalter Butter binden und abschmecken. Rotkohl auf Teller geben, aufgeschnittene Entenbrust drauflegen, Soße angießen und mit gehackten Erdnüssen bestreuen. Dazu passt Kartoffel-Erdnuss-Püree. Dafür das Kartoffel-Püree mit Erdnussbutter und gehackten Erdnüssen abschmecken.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 4. November