

Enten-Brust mit pikanter Glühwein-Soße

Für 4 Personen

Soße:

2 Zehen Knoblauch	0.5 Bund Thymian	1 Stange Zimt
2 Sternanis	3 Gewürznelken	0.5 TL Pfefferkörner
3 Blätter Lorbeer	0.5 Orange	2 EL Zucker
0.5 l Rotwein	1 TL Speisestärke	50 g Butter

Meersalz

Ente:

2 Entenbrustfilets	Meersalz	Pfeffer
--------------------	----------	---------

Erdnussöl

Knoblauch halbieren, Thymian waschen und trocken schütteln. Orange waschen und die Schale in Streifen abschneiden. Knoblauch, Thymian, Gewürze, Orangenschale, Zucker und Rotwein in einem Topf mischen und 20 Minuten köcheln lassen. Danach vom Herd nehmen und weitere 20 Minuten ziehen lassen. Speisestärke mit 2 EL Wasser verquirlen. Den Glühweinsud durch ein Haarsieb gießen und wieder aufkochen. Die angerührte Stärke einrühren und die Soße damit binden. Die Butter mit dem Schneebesen unterrühren und die Soße mit Meersalz abschmecken.

Ente:

Während die Soße köchelt, die Entenbrustfilets waschen, trocken tupfen und die Haut rautenförmig einritzen. Mit Meersalz und Pfeffer würzen. Etwas Erdnussöl in einer Pfanne erhitzen und die Filets darin auf der Hautseite 5 Minuten anbraten. Wenden und von der anderen Seite ebenfalls 5 Minuten anbraten. Herausnehmen und abgedeckt 10 Minuten im Ofen warm halten.

Anrichten:

Die Filets längs in Scheiben schneiden, auf 4 vorgewärmten Tellern anrichten und mit der Soße beträufeln. Dazu passen Grillkartoffeln und ein Glas Côtes du Rhône.

Lea Linster am 05. Dezember 2019