

Enten-Brust mit Mandarinen

Für 3 Personen:

350 g Entenbrust 4 Mandarinen 2 EL Preiselbeeren
3 EL Sauerrahm 100 ml Orangensaft Salz und Pfeffer

Die Haut der Entenbrust kreuzweise einschneiden; salzen und pfeffern. Einen fingerbreit Wasser in eine sehr gut hitzebeständige Pfanne geben und die Entenbrust mit der Hautseite nach unten in die wassergefüllte Pfanne legen. Die Pfanne erhitzen. Das Wasser verdampft und die Ente kann nun in eigenem Fett gebraten werden. Die Hautseite knusprig braun braten, dann wenden und die andere Seite gut braun anbraten. Die Entenbrust aus der Pfanne nehmen und in Alufolie ruhen lassen. So ist sie innen noch schön rosa, wenn die Sauce fertig ist: einen Großteil des Fettes abgießen, die Menge schwankt abhängig von der „Fettizität“ der Entenbrust. Den Bratensatz mit dem Saft ablöschen. Die Mandarinen schälen. Ihre Haut ist so zart, dass man sie filetieren kann, aber nicht muss. Etwas einreduzieren lassen. Zum Schluss die Preiselbeeren und den Sauerrahm einrühren.

Dazu passen z. B. Kroketten, aber auch Ciabatta und Salat oder Rotkohl.

NN