

Ente niedrigtemperatur-gegart

Für 4 Portionen

1 Barbarie-Ente	2 Äpfel	4 Scheiben Weißbrot
1 Zwiebel	Petersilie	Beifuß
2 Knoblauchzehen	1 Ei	Salz, Pfeffer
2 kleinere Äpfel	4 Scheiben Weißbrot	1 Zwiebel
1 Bund Petersilie	2 Knoblauchzehen	1 Ei

Die Innereien der Ente entfernen, auswaschen, innen und außen salzen und pfeffern.

Alle Zutaten ganz klein schneiden, mit dem Ei mischen, mit Beifuß, Salz und Pfeffer würzen und in die Ente füllen. Entenöffnung schließen.

Den Hals und die Flügelspitzen abschneiden und alles neben die auf die Brust gelegte Ente auf die Fettpfanne legen. Superwichtig für den Geschmack der Sauce später.

Ente nun in den vorgeheizten Backofen gemeinsam mit dem Hals und den Flügelspitzen bei 220 °C Ober-/Unterhitze 1/2 Stunde braten; dann die Beinchen mit Alufolie umwickeln und mindestens 7 Stunden bei Niedrigtemperatur (80 °C Ober-/Unterhitze) schmoren lassen.

Wenn die Garzeit der Ente ihrem Ende entgegengeht, die Ente mit der Brustseite nach oben auf den Rost legen und abschließend eine halbe Stunde bei 225 °C Ober-/Unterhitze braten.

Die mit der Fettpfanne aufgefangene Flüssigkeit ist Saucen-Grundlage und wird in eine Fettabscheidekanne gegeben.

Aus dem, was sich vom Fett trennt und den Resten aus der Fettpfanne lassen sich wunderbare Saucenvarianten zaubern.

Welche Saucenvarianten genau bleiben Phantasie und Geschmack überlassen.

NN am 30. Oktober 2024