

Enten-Brust mit fruchtiger Orangen-Soße

Für 6 Portionen:

6 Entenbrüste Salz, Pfeffer 2 EL Sojasauce

Für die Sauce:

6 große Orangen 6 cl Orangenlikör 2 EL Preiselbeeren
1 Apfel, klein gewürfelt 2 EL, gestr. Puderzucker 2 TL, gehäuft Tomatenmark
6 EL Rotwein, trocken 500 ml Gemüsebrühe Aroma, (Finesse-Orange)
Chilisalz 2 Schuss Cremefine, oder Sahne 2 EL Pfefferbeeren, rosa
6 TL Honig evtl. Saucenbinder

Die Entenbrüste waschen und mit einem Küchentuch trocken tupfen. Die Brüste auf der Fettseite mit einem scharfen Messer rautenförmig einschneiden und von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen. Mit der Sojasauce bepinseln und für 30 Min.

bei Zimmertemperatur marinieren lassen.

Zwischenzeitlich die Orangen waschen, schälen und die Filets herausschneiden. Vom Rest der Orangen noch den Saft vollends auspressen und mit dem Orangenlikör marinieren.

Eine große Pfanne mit 3 EL Wasser befüllen und erhitzen, die Brüste zuerst mit der Hautseite nach unten scharf anbraten und solange weiterbraten, bis das Wasser komplett verdampft ist, nun kann die Entenbrust im eigenen Fett weiterbraten und wird dabei schön knusprig. Man benötigt also kein zusätzliches Bratfett! Anschließend wenden und auf der Unterseite ebenso goldbraun weiterbraten. Die Entenbrüste im vorgeheizten Backofen auf dem Rost bei 130°C ca. 25-30 Min. nachziehen lassen.

Für die Sauce den Bratenfond erhitzen, evtl. vorher etwas davon abgießen (je nach Fettanteil der Entenbrüste) und mit dem Orangensaft, einem Drittel der Orangenfilets und etwas Finesse-Orange aufkochen. Die klein gewürfelten Apfelstücke, Preiselbeeren, Puderzucker, das Tomatenmark und den Rotwein zugeben und aufkochen.

Mit der Gemüsebrühe auffüllen und für ca. 10 Minuten im geschlossenen Topf köcheln lassen. Mit dem Zauberstab pürieren und mit einem Schuss Cremefine oder Sahne legieren und mit etwas Chilisalz nachwürzen. Jetzt die restlichen Orangenfilets und die rosa Pfefferbeeren in die Sauce einlegen (evtl. einige Orangenfilets zum Garnieren zurückbehalten).

Wenn man die Sauce etwas kompakter möchte, kann man sie nach Wunsch noch mit etwas kalt angerührter Speisestärke oder Soßenbinder andicken.

Die Entenbrüste mit je einem Teelöffel Honig bepinseln und ganz kurz übergrillen. Sie müssten jetzt innen noch zartrosa sein. Mit Apfel-Zimt-Rotkohl und Bayerischen Kartoffelklößen anrichten.

NN am 24. November 2024