

Enten-Brust mit Spinat und Chicorée an Orangen-Soße

Für zwei Personen:

1 Entenbrust (ca. 250 g)	2 Chicorée	2 Orangen, Saft
50 g Butter	Salz Pfeffer	300 g Spinat, geputzt
2 Schalotten, gewürfelt	1 Zweig Thymian	50 ml Madeira
1 TL Johannisbeerenmarmelade	2 EL Jus	1 Lorbeerblatt
2 Zitronen, Saft		

Die Entenbrust salzen, pfeffern und mit der Hautseite in eine kalte Pfanne geben. Nun erhitzen und die Brust von der Hautseite langsam ausbraten. Wenn das Fett beginnt auszutreten, die Pfanne richtig heiß werden lassen.

Sobald die Haut kross gebraten ist, die Entenbrust auf die Fleischseite drehen. Etwa vier Minuten ziehen lassen und herausnehmen.

Nun Schalotte und Thymian in derselben Pfanne anbraten und mit Madeira ablöschen. Das Lorbeerblatt und den Saft einer Orange dazugeben und reduzieren. Bei der Zugabe von Jus kurz aufkochen und 20 Gramm kalte Butter unterrühren. Die Marmelade dazu geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Bei Zugabe von Fond, die Flüssigkeit in der Pfanne so lange einreduzieren bis diese dickflüssig ist, dann die Butter und die Marmelade dazugeben.

Chicorée-Blätter abzupfen und in mit Zitronensaft verfeinertem, kochendem Salz-Zucker-Wasser blanchieren. Anschließend in kaltem Wasser abschrecken, auf ein Papiertuch legen und abtupfen. In einer Pfanne Zucker karamellisieren. Mit Butter und restlichem Orangensaft ablöschen, 50 ml Geflügel-Fond dazugeben und alles gut reduzieren. Anschließend die Blätter hinzufügen und mit Zitronensaft abschmecken.

Die Schalottenwürfel in Butter anschmoren. Den geputzten Spinat dazugeben und zusammenfallen lassen.

Anschließend den Spinat gegebenenfalls auf ein Sieb geben, damit der Saft abtropfen kann und er nicht zu viel Wasser abgibt beim Anrichten. Mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken und bereitstellen.

Den Chicorée sternförmig auf einem Teller anrichten, die Soße darüber geben. In die Mitte den Spinat und auf den Spinat die geschnittene Entenbrust legen. Mit Kräutern dekorieren, servieren und genießen.

Alexander Wulf am 27. Dezember 2023