

Gekneteter Rotkohl-Salat mit geschmorter Ente

Für 2 Personen

1 Ente (à 1,6-1,8 kg)	1 Laugenbrezel	$\frac{1}{4}$ Bund Thymian
1/4 Rotkohl	1 Apfel (rot)	2 Orangen
2 EL Wildpreiselbeeren	2 EL Butter	150 g Schmand
Rotweinessig	Rapsöl	Salz
Pfeffer	Zucker	Meersalz
grober Pfeffer		

Die Ente unter fließend kaltem Wasser kurz abbrausen, mit Küchenkrepppapier trockentupfen und anschließend mit grobem Salz würzen. Nun mehrfach in Klarsichtfolie von allen Seiten leicht straff einwickeln. Auf ein Backgitter in der mittleren Schiene des Backofens bei 70 °C Umluft elf Stunden lang garen.

Nun die Ente aus dem Ofen nehmen, bei Zimmertemperatur kurz abkühlen lassen und vorsichtig die Folie der Ente aufschneiden. Den Fleischsaft, der in der Ente entstanden ist, vorsichtig in eine kleine Schüssel umfüllen. Die restliche Folie von der Ente abziehen und nun entweder die Ente direkt weiterverwenden oder in frische Klarsichtfolie wickeln und entweder im Kühlschrank (zwei bis drei Tage haltbar) oder im Tiefkühlfach (drei bis vier Wochen haltbar) lagern.

Eine Orange schälen und in Filets schneiden.

Den Rotkohl in feine Streifen schneiden, in einer Schüssel mit Salz und Zucker würzen, Essig dazu geben und vorsichtig verkneten, sodass die feste Zellstruktur des Kohls mürbe wird und etwa zehn Minuten ziehen lassen.

Jetzt Orangenfilets, Orangenabrieb, Preiselbeeren, einen geriebenen Apfel und Rapsöl dazugeben und nochmal mit Salz, Rotweinessig und Pfeffer abschmecken. Den Schmand mit Salz und Pfeffer abschmecken und in einen Spritzbeutel füllen. Die Brezeln in mehrere, möglichst gleich große Stücke schneiden und langsam auf den Schnittflächen in einer großen, beschichteten Pfanne mit etwas Butter und Thymian anbraten.

Eine halbe Stunde vor dem Anrichten den Backofen auf 230°C Umluft vorheizen und die Ente auf ein Backgitter in die Mitte vom Backofen schieben. Direkt darunter ein Backblech geben (durch das Rösten der Ente tritt das Fett aus der Haut aus, dieses wird durch das Blech aufgefangen und kann so im Ofen nicht verbrennen). Bitte alle zehn Minuten das entstandene Fett aus dem Blech abgießen. Nach 20-25 Minuten ist die Ente perfekt knusprig und kross. Aus dem Ofen nehmen, auf ein Schneidbrett setzen, ein paar Minuten ruhen lassen und anschließend die Keulen sowie die Bruststücke abschneiden und tranchieren.

Den Rotkohlsalat auf die Teller verteilen, einige Tupfen Schmand darum setzen und die knusprigen Brezel-Stücke dazwischen stellen. Die Ente darauf anrichten und mit

Alexander Herrmann am 23. April 2015