

Gezupfte Ente im Knusperteig mit Grünkohl

Für 4 Portionen

Ente:

4 Entenkeulen	1 TL Pfefferkörner	250 ml Entenfett
300 ml Entenfond	1 Karotte	1 kleine Zwiebel
1 kleines Stück Sellerie	3 Blatt Gelatine	1 Zweig Rosmarin
1 Zweig Thymian	$\frac{1}{2}$ Bund Petersilie	4 Eier
Dinkelmehl	8 Scheiben Dinkeltoast	2 Zehen Knoblauch
1 Stange Zimt	2 Sternanis	Salz, Fett

Grünkohl:

500 g frischer Grünkohl	75 ml milde Sojasoße	1 kleines Stück Ingwer
1 Chili	1 Knoblauchzehe	4 EL Honig
1 EL Sesamöl	1-2 TL geröst. Sesam	4 Schalotten
Olivenöl, Salz		

Ente:

Entenkeulen salzen und mit Sternanis, Zimt, Pfefferkörnern, Entenfett und fein geschnittenem Knoblauch in eine Auflaufform geben. Bei 160 Grad Ober- und Unterhitze circa 45-60 Minuten im Ofen garen. Abkühlen lassen. Dann das Fleisch mithilfe einer Gabel in feinen Streifen vom Knochen zupfen.

Karotte und Sellerie schälen und fein würfeln. Zwiebel abziehen und ebenfalls fein würfeln. Gemüse und Zwiebel in etwas Öl anschwitzen und mit dem Entenfond ablöschen. Den Fond etwas einkochen lassen, dann das gezupfte Entenfleisch hinzugeben.

Gelatine nach Packungsbeschreibung einweichen, auswringen und in das Entenfleisch einrühren. Kräuter fein hacken und hinzugeben. Die Masse in eine tiefe Auflaufform geben, leicht anpressen und im Kühlschrank auskühlen lassen.

Aus dem ausgekühlten Fleisch große Würfel schneiden und panieren. Dafür zunächst in Mehl wenden, dann in aufgeschlagenem Ei und zum Schluss in grob geriebenem Dinkeltoast wenden. Die panierten Entenfleischwürfel in reichlich Fett goldbraun frittieren.

Grünkohl:

Grünkohl gründlich waschen, kurz blanchieren, anschließend in Eiswasser abschrecken und abtropfen lassen. Schalotten, Ingwer und Knoblauch fein würfeln.

Die Schalotten mit dem Knoblauch in einem Topf in etwas Olivenöl anschwitzen. Den blanchierten Grünkohl dazugeben. Die restlichen Zutaten hinzufügen, mit Salz abschmecken und circa 3-4 Minuten ziehen lassen.

Anrichten:

Die gebackene Ente auf dem Grünkohl servieren.

Tarik Rose am 11. Februar 2019