

Wildenten-Brust mit Sojalack und Wildgans-Ragout

Für 4 Personen

Wildgansragout:

4 El Öl	3 Wildgänsebrüste	3 weiße Zwiebeln, gewürfelt
250 g Palmkohl	2 El Zucker	1 El Senfkörner
1 El Koriandersamen	1 Lorbeerblatt	50 g geräuch. Wildentenbrust
350 ml Gemüsefond	Salz, Pfeffer	Sweet Chili-Sojasauce
Stärke		

Wildentenbrust mit Sojalack:

3 El Sojasauce	3 El Wasser	1 El Stärke
10 El Sweet Chili Sojasauce	4 Wildentenbrüste	Salz
6 El geröstete Cashewkerne	3 El Kokosöl	6 El Popcorn-Mais
3 Prisen Salz	2 Korianderkörner gemörsert	

Wildentenbrust mit Sojalack:

Die Sojasauce aufkochen und die in dem Wasser aufgelöste Stärke dazugeben. Alles drei Minuten leicht köcheln unter Rühren abbinden lassen. Von der Hitze nehmen und die gereifte Sweet Chili Sojasauce einrühren.

Die Wildentenbrüste von Sehnen befreien, mit Salz würzen und auf dem Grill von jeder Seite drei Minuten sehr scharf anbraten. In eine Auflaufform geben und großzügig von allen Seiten mit dem Sojalack bedecken.

Die Hitze im Grill auf das Minimum reduzieren und die Auflaufform einstellen. Auf 52°C Kerntemperatur garen und dabei immer wieder mit dem Lack einstreichen.

Popcorn-Mais mit Öl und Salz in einen Topf mit Deckel geben. Dabei darauf achten, dass die Körner alle flach auf dem Topfboden liegen. Bei hoher Hitze unter gelegentlichem Bewegen des Topfes erhitzen. Wenn das erste Korn poppt, Koriander dazugeben und die Körner im Topf mit Deckel einmal kräftig durchschütteln. Die restlichen Mais-Körner poppen lassen und danach gegebenenfalls nochmal mit Salz abschmecken.

Wildgansragout:

Die Wildgänsebrüste von den Sehnen befreien und in 2 cm breite Streifen schneiden. Mit Salz, Zucker und Pfeffer würzen und gemeinsam mit den Zwiebeln im Öl scharf mit Farbe anbraten. Den Palmkohl entstielen, waschen und in 2 cm breite Stücke schneiden, dazugeben und mit Farbe anbraten. Die Gewürze und die geräucherte Wildentenbrust dazugeben und drei Minuten mit anbraten. Mit dem passierten Gemüsefond auffüllen und mit geschlossenem Deckel 1,5 h weichschmoren lassen.

Mit Sweet Chili Sojasauce abschmecken und gegebenenfalls mit etwas in etwas Gemüsefond aufgelöster Stärke abbinden.

Anrichten:

Das Wildgansragout in eine Schüssel geben. Die Wildentenbrüste auf eine Platte geben und den Sojalack darüber geben. Die Cashewkerne und das Popcorn großzügig darauf verteilen.

Björn Freitag und Frank Buchholz am 27. Oktober 2024