

Flambierte Entenbrust

Advent, Advent, das Essen brennt.

Ein kulinarischer Lichtblick, wenn die Zeit ach so schnell rennt.

Geniessen Sie diese flambierte Köstlichkeit entspannt bei Kerzenschein.

Zutaten

2 Entenbrustfilets
Salz, Pfeffer, Zimt
6 EL Grand Marnier
2 EL Honig
2 EL Portwein
1–2 TL Senf
Tabasco
1 Rande, gekocht
1 Grapefruit
80g Portulak
Salatsauce

Zubereitung

Etwa 30 Minuten + 30–45 Minuten nachgaren

1 Die Entenbrustfilets auf der Hautseite rautenförmig einschneiden. Mit Salz, Pfeffer und einem Hauch Zimt würzen.

2 In einer heißen Pfanne ohne oder nur mit wenig Öl die Entenbrustfilets auf der Hautseite ca. 3–5 Minuten bei mittlerer Hitze schön braun anbraten, wenden und weitere 2–3 Minuten braten. Grand Marnier leicht erwärmen und anzünden. Die Entenbrustfilets damit übergießen und flambieren. Warten, bis die Flamme erlischt, und auf einer Platte im vorgeheizten Backofen bei 80°C etwa 30–45 Minuten nachgaren.

3 In den Bratenfond Honig, Portwein, Tabasco und Senf einrühren. Eventuell mit Salz und Pfeffer würzen. Beiseitestellen.

4 Rande in kleine Würfel schneiden, Grapefruit filetieren. Portulak, Rande und Grapefruit auf Teller verteilen. Mit der Salatsauce marinieren.

5 Entenbrustfilets in Scheiben schneiden, auf den Salat geben und mit dem Fond übergießen.

Tipp

Die Salatsauce aus dem Rezeptheft 5/16 auf Seite 20 ist ein toller Begleiter zur Ente. Anstatt Ente können Sie auch Pouletbrustfilets verwenden.

