

Entenbrust auf Orangenscheiben



Zutaten für 3 Personen:

1 frische Entenbrust
Salz, Pfeffer aus der Mühle
3 Orangen
1/2 Zwiebel
1 Birne (optional)
20-30 ml Cognac
100 ml kräftige Hühnerbrühe
1 TL Speisestärke, mit kaltem Wasser angerührt

1. Ofen auf 130° vorheizen.

2. Haut der Entenbrust in Rautenform einschneiden. Entenbrust in einer beschichteten Pfanne auf der Hautseite bei milder Hitze 8-10 Minuten braten. Salzen und pfeffern. Umdrehen und auf der anderen Seite 1-2 Minuten braten.

3. Dann Entenbrust im Backofen ca. 30 Minuten bei 130° auf einem Rost mit untergeschobenem Backblech als Fettpfanne nachgaren. Anschließend 5 Minuten in Alufolie ruhen lassen.

4. 2 Orangen dick schälen und in Scheiben schneiden.

5. Das ausgetretene Entenfett aus der Pfanne bis auf einen Rest ausgießen. 1/2 Zwiebel fein würfeln und im verbliebenen Bratfett glasig braten. Mit 20 ml Cognac ablöschen. 75 ml Orangensaft und 100 ml Hühnerbrühe zugießen, etwas einköcheln und abschmecken, eventuell mit kalt angerührter Speisestärke binden.

6. Orangenscheiben in der Sauce erwärmen, auf angewärmten Tellern anrichten und Entenbrust in Scheiben auflegen.

7. Optional auch noch Birnenscheiben in der Sauce erwärmen.

Hinweise:

Für mehr Süße kann man noch die Birnenscheiben mit einem EL braunem Zucker karamellisieren.

Dazu passt Basmati-Reis.

Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 20 min, Gesamtzeit ca. 50 min, Hauptspeisen, Fleisch, Geflügel, Ente, französisch

Rezept und Foto: Walter
Stand 03.04.2024