

Entenbrust mit Orangensauce

Magret de canard à l'orange



Zutaten für vier Personen:

500 g Entenbrust (zwei Stücke zu je ca. 250 g)

Salz, Pfeffer aus der Mühle

Saft von 1 Orange

300 ml Gemüsebrühe

8 Trockenpflaumen

1-2 Knoblauchzehen

100 ml Sahne

1 Frühlingszwiebel

1 Birne in feinen Spalten

Kirschtomaten und Salatblätter für die Garnitur (optional)

200 g Bandnudeln

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 untergeschobener Fettpfanne nachgaren. Anschließend 5 Minuten in Alufolie ruhen lassen.

4. Inzwischen Trockenpflaumen in 300 ml leichter Gemüsebrühe 10 Minuten leise köcheln. Nudeln nach Vorschrift zubereiten.

5. Das überschüssige Entenfett aus der Pfanne abgießen und zwei Knoblauchhälften darin Farbe annehmen lassen; wieder herausnehmen.

6. Birnenspalten auf beiden Seiten bei milder Hitze anbraten. Fein geschnittene Frühlingszwiebel zugeben und mit Orangensaft ablöschen. 150 ml der Gemüsebrühe mit den Trockenpflaumen zugeben. 100 ml Sahne zugießen und alles auf die gewünschte Konsistenz einköcheln. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

7. Teller vorwärmen und wie auf dem Bild mit Garnitur anrichten.

Hinweise:

Aufwändig, aber lohnend.

Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 35 min, Gesamtzeit ca. 50 min, Hauptspeisen, Fleisch, Geflügel, Ente, französisch

Rezept und Foto: Walter
Stand 11.01.2023