

Zarte Entenbrust mit Cassis-Sternanissauce

Kategorie	Geflügel
Geographisch	exotisch
Rezept für	2 Personen
Schwierigkeit	Lehrling
Zubereitung	45 Minuten



Wenn man die Entenbrust nach dem Braten in Alufolie ruhen lässt, verteilen sich die Säfte und das Fleisch ist beim Aufschneiden wunderbar rosa und schmeckt saftig zart.

Mise en place

600 g mehligkochende Kartoffeln
2 - 3 dl Milch
1/2 Würfel Gemüsebrühe
1 EL Butter
Muskatnuss
2 EL grober Senf
weisser Pfeffer

1 Eschalotte
250 g Cassis-Beeren

2 Entenbrüste à 300 g
Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle

1 TL brauner Zucker
1 EL Balsamico
1 dl Portwein
2 Sternanis
3 dl Geflügelfond
1/2 TL Milerb-Thymian
1/2 Mokkalöffel Milerb-Harissa

Zubereitung

Die Kartoffeln weich kochen, abgiessen, schälen.
Die Milch mit dem Bouillonwürfel und der Butter erwärmen, mit geriebener Muskatnuss würzen. Die geschälten Kartoffeln durch die Kartoffelpresse in eine Schale drücken und soviel von der Flüssigkeit daruntermischen, bis die Konsistenz cremig wird. Zum Schluss den Senf darunterrühren und mit Pfeffer aus der Mühle abschmecken.

Die Eschalotte schälen und fein würfeln, die Beeren waschen, von den Stielen auf zwei Lagen Haushaltspapier abstreifen.

Backofen auf 160°C einstellen.
Das Hautfett kreuzweise einschneiden, dabei das Fleisch nicht verletzen. In der heissen Bratpfanne das Fleisch ohne Zugabe von Bratfett oder Öl auf der Hautseite ca. 4 Minuten goldbraun braten, dann wenden und ca. 3 Minuten weiter braten, salzen und pfeffern. Nun das Fleisch für 10 Minuten auf die unterste Schiene im warmen Ofen geben. Danach das Fleisch aus dem Backofen nehmen, in Alufolie packen und ca. 10 Minuten ruhen lassen.

Das Bratfett in der Pfanne bis auf 3 EL abgiessen, die Pfanne wieder erwärmen und die Eschalottenwürfel im Entenfett goldbraun andünsten, Zucker dazugeben, umrühren und schmelzen lassen. Die Cassisbeeren beifügen und ca. 2 Minuten garen, dann mit Balsamico ablöschen, einkochen lassen. Portwein und Sternanis dazugeben, die Flüssigkeit zur Hälfte einreduzieren, jetzt den Fond, Milerb-Thymian und Milerb-Harissa zugeben und bei schwacher Hitze auf die Hälfte einkochen lassen. Die Sauce durch ein Sieb in eine Pfanne streichen, die Zutaten gut ausdrücken.

Mit dem Kartoffelstock anrichten. Guten Appetit!