



Home	Spanisch	Kochrezepte	Bildergalerien
------	----------	-------------	----------------

Entenbrust



ca. 45 Min.

[zurück zur Übersicht]

Zutaten

2 - 3 Entenbrüste, zusammen ca. 900g

Einfache Marinade:

1 - 2 EL Sojasoße
1 - 2 EL Grenadine

je eine gute Prise

Anis, Pfeffer, Cayennepfeffer,
Chinagewürz, Kardamon
eine kleine Prise 5-Gewürz-Pulver

oder

Pikante Marinade:

Zutaten und Zubereitung
siehe Rezept Marinade für Entenbrust

Für die Soße:

ausgetretenes Entenfett vom Anbraten
400 ml Entenfond

1 Päckchen Instant-Bratensauce,
z.B. Bratensauce Extra von Knorr
ca. 100 ml kaltes Wasser

2 gehäufte TL Mehl

Saft einer sehr großen Orange

1 kräftiger Schuss trockener Sherry

je 1 gute Prise

Pfeffer, Cayennepfeffer, Curry,
Kardamon, Chinagewürz
eine kleine Prise 5-Gewürz-Pulver
etwas Salz

der beim Grillen ausgetretene Fleischsaft

oder

spezielle Orangensoße:

Zutaten und Zubereitung
siehe Rezept Orangensoße zu Entenbrust

Beilage:

Sehr gut passen Knödel, z.B. Serviettenknödel
und Rotkohl

Zubereitung

Die Entenbrüste auf der Fettseite
rautenförmig einschneiden. In einer
Pfanne OHNE Fettzugabe auf beiden
Seiten bei mittlerer Hitze je 3 Min.
anbraten, ZUERST auf der Fettseite! Die
Entenbrüste in eine feuerfeste Form mit
der Fettseite nach OBEN legen und den
Backofen auf 170 - 175°C, Umluftgrill
vorheizen.

Die Zutaten für die Marinade anrühren
und die Fettseite damit bestreichen. Die
Entenbrüste auf die mittlere Schiene in
den Backofen stellen und etwa 20 Min.
grillen, dabei immer wieder mit der
Marinade bestreichen. Wenn die
Entenbrust zu dunkel wird, die Hitze um
ca. 10°C zurücknehmen.



In der Zwischenzeit das ausgetretene Entenfett vom Anbraten in einen Topf
schütten und den Bratensatz mit dem Entenfond loskochen. Den Entenfond zum
Fett in den Topf geben und aufkochen. Die Instant-Bratensauce hineintrühren
und den Orangensaft dazu geben. Das kalte Wasser mit dem Mehl anrühren und
ebenfalls dazu geben. Die Soße mit den Gewürzen abschmecken und ca. 10
Min. leicht köcheln lassen. Öfter umrühren.



Die fertigen Entenbrüste aus dem
Backofen nehmen und 5 Min. ruhen
lassen. Den ausgetretenen Bratensaft in
die Soße rühren und die Soße nochmals
abschmecken. Die Soße sollte eine leichte
Grundscharfe haben.

Die Entenbrüste in 1 cm dicke Scheiben
schneiden.

Abwandlung:

Statt der einfachen Marinade eine pikante Marinade anrühren und einen Teil davon zum Würzen der Orangensoße nehmen