



Hauptgang

Entenbrust an Portwein-Rahmsauce

Rezept für 4 Personen

Zutaten:

Legende: TL = Teelöffel, EL = Esslöffel, MSP = Messerspitze, dl = Deziliter (1/10), cl = Centiliter (1/100)

400 gr	Entenbrust oder Gänsebrust (für gute Esser etwas mehr)
2 Stück	Frühlingszwiebeln, fein gehackt, die grünen Stängel in Röllchen geschnitten
2 dl	Rahm (Sahne)
3 cl	Portwein
	Etwas gemischte Kräuter der Provence (1/2 TL getrocknet)
	Etwas Salz und Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

Backofen	Den Backofen auf 190 Grad vorheizen
Entenbrust	Die Entenbrust von der Haut befreien. Tipp: Dies geht am besten, wenn man die Entenbrust für ca. 40 Minuten in den Tiefgefrierschrank legt. Danach lässt sich die Haut leichter ablösen. Die Entenhaut leicht salzen und in Streifen schneiden. Die Streifen in einer Bratpfanne, ohne Zugaben von Öl oder Butter, kross anbraten. Die kross gebratenen Streifen aus der Pfanne nehmen.
Entenbrust	Die Entenbrust mit einem passenden Fleischgewürz (oder Salz und Pfeffer) würzen. Beidseits in der Bratpfanne (im ausgelassenen Entenfett) scharf anbraten. Die Entenbrust zusammen mit den Hautstreifen in den Backofen geben und mit ALU-Folie zudecken.
Frühlingszwiebeln	Die Frühlingszwiebeln in der Bratpfanne andünsten. Wenn notwendig noch etwas Bratbutter zufügen. Mit Portwein ablöschen. Den Rahm dazugiessen und etwas einkochen lassen. Dazu passen Rotkraut sowie Spätzle.