

Heather Stewart empfiehlt:

Entenbrust mit Kokos-Curry-Orangensauce

& Delta Pinot Blanc

Zutaten für 4 Personen

2 Barbarie-Entenbrüste à circa 400 g
oder 8 Wildentenbrüste à circa 100 g
1 kleine Schalotte
10 – 15 g frischer Ingwer
1 – 1½ TL mildes Currypulver
150 ml frisch gepresster Orangensaft
400 ml Kokosmilch
Schale von ½ Bio-Orange
1 – 2 TL helle Sojasauce
circa 1 TL Limettensaft
Salz und schwarzer Pfeffer
½ Bund frischer Koriander
circa 250 g Basmatireis



Zubereitung

Entenbrüste 30 Minuten vor dem Braten aus dem Kühlschrank nehmen. Haut trocken tupfen und rautenförmig einschneiden, ohne ins Fleisch zu schneiden. Beidseitig salzen, die Fleischseite pfeffern.

Backofen auf 120 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.

Garzeiten Barbarie-Entenbrüste

Mit der Hautseite nach unten in eine kalte Pfanne legen und bei niedriger bis mittlerer Hitze 10 – 12 Minuten langsam auslassen und knusprig braten. Überschüssiges Fett abgießen. Wenden und die Fleischseite 2 Minuten anbraten. Mit der Hautseite nach oben im Ofen bis zu einer Kerntemperatur von 56 - 58 °C garen, je nach Dicke etwa 12 – 18 Minuten. Anschließend 5 - 8 Minuten ruhen lassen.

Garzeiten Wildentenbrüste

Mit der Hautseite nach unten in eine kalte Pfanne legen und bei niedriger bis mittlerer Hitze 4 – 6 Minuten langsam auslassen und knusprig braten. Überschüssiges Fett abgießen. Wenden und die Fleischseite 30 – 60 Sek. anbraten. Mit der Hautseite nach oben im Ofen bis zu einer Kerntemperatur von 56 - 58 °C garen, je nach Dicke etwa 4 – 7 Minuten. Anschließend 3 - 5 Minuten ruhen lassen.

Den Wein zum Rezept erhalten Sie auf www.vinovossum.de

Winzer-Rezepte aus Übersee

Zubereitung Sauce

Tipp: Zubereitung der Sauce während die Entenbrüste im Ofen sind.

1 TL Entenfett aus dem Anbraten in einen Tiegel geben. Fein gehackte Schalotte und Ingwer 1 – 2 Minuten anschwitzen. Currypulver kurz mitrösten.

Mit Orangensaft ablöschen und um etwa ein Drittel einkochen lassen. Kokosmilch und 1 TL Sojasauce zugeben und etwa 5 Minuten sanft köcheln lassen. Feinen Orangenabrieb und Limettensaft einrühren, mit Salz und gegebenenfalls etwas Sojasauce abschmecken.

Etwas gehackten Koriander unter die Sauce rühren. Entenbrust in Scheiben schneiden und mit Sauce, Basmatireis und frischem Koriander servieren.

Unbedingt beachten: Die Kerntemperatur ist wichtiger als die Zeit, damit das Fleisch rosa gegart wird saftig bleibt.

Die ideale Weinbegleitung? Heather Stewart empfiehlt den Delta Pinot Blanc. Seine Frische balanciert die cremige Kokossauce, seine Frucht greift die Orange auf und sein feiner Schmelz passt zum saftigen Fleisch einer Barbarie- oder Wildente.