



Entenbrust in Pfefferrahmsauce

Zutaten für zwei Personen

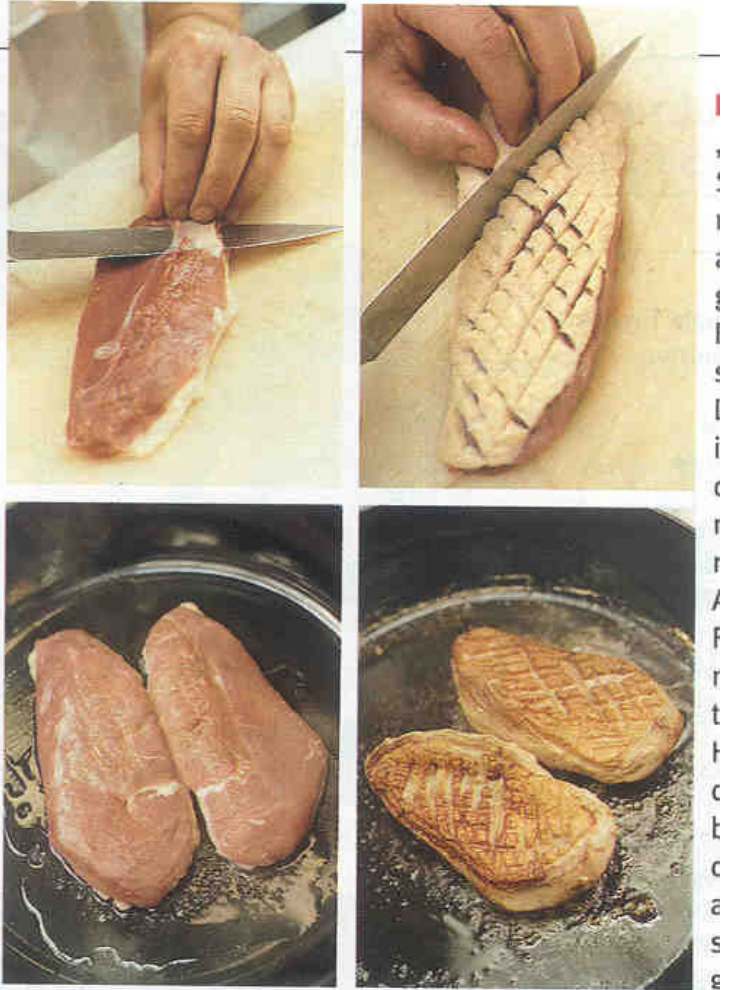
- 2 Entenbrüste*
- 3 Schalotten
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Tl grüne Pfefferkörner in Lake
- 1 Stiel Thymian
- Salz, schwarzer Pfeffer
- 200 ml Schlagsahne

*Diese Produkte erhalten Sie in unserem Hofladen

So gelingt es Ihnen:

Sie spülen die Entenbrust kalt ab und tupfe sie trocken. Dann lösen Sie das Silberhäutchen mit einem scharfen Messer ab. Wenn man das vergißt, zieht sich das Fleisch beim Braten zusammen und wird hart. Die Hautseite wird rautenförmig eingeschnitten mit einem scharfen Messer ein, damit das Fett während des Bratens herausfließen kann. Zum Anbraten wird die Brust mit der

Hautseite nach unten in die kalte Pfanne gelegt. Wenn die Haut knusprig ist, wird die Brust gewendet und nur kurz auf der Fleischseite im ausgetretenen Fett angebraten. Ob medium, oder gut durch, das sollten Sie nach Ihrem Geschmack bestimmen.





Zubereitung

1. Die Entenbrust kalt abspülen, trockentupfen und die Silberhäutchen entfernen. Mit einem scharfen Messer die Haut der Entenbrust rautenförmig einritzen. Schalotten fein würfeln. Knoblauch leicht zerdrücken. Grüne Pfefferkörner aus der Lake mit einem breiten Messer etwas flach drücken.

2. Die Entenbrüstchen mit der Haut nach unten in eine kalte Pfanne legen. Bei mittlerer Hitze 7-8 Minuten knusprig braten, bis das Fett ausgelassen ist. Knoblauch und Thymian dazugeben. Entenbrust auf der Fleischseite leicht salzen und pfeffern, dann wenden und 3-5 Minuten auf der Fleischseite braten. Aus der Pfanne nehmen und zusammen mit Knoblauch und Thymian auf ein großes Stück Alufolie legen. Die Alufolie locker zusammendrücken, aber nicht fest verschließen, damit der Dampf entweichen kann und die Haut knusprig bleibt. Wenn Sie Ihre Entenbrust eher gut durch möchten, empfiehlt sich ein Nachgaren im Backofen.

3. Fett fast vollständig aus der Pfanne gießen, abgegossenes Fett für ein anderes Rezept beiseite stellen. Schalottenwürfel in dem restlichen Fett in der Pfanne unter Rühren bei mittlerer Hitze farblos andünsten. Pfefferkörner dazugeben. Sahne dazu gießen und alles cremig einkochen lassen. Den Bratensaft aus der Folie dazugeben und erneut einkochen. Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Entenbrust in Scheiben schneiden und mit der Sauce servieren.

Dazu passt unser Kartoffelgratin oder Reis und der trockene Rotwein Rebe.lia.

Zubereitungszeit ca., 30 Minuten

Wir wünschen Ihnen guten Appetit!

Ihr F.W. Haver Rassfeld

MEIERHOF RASSFELD

Landspezialitäten GmbH & Co. KG

Meier-zu-Rassfeld-Weg 13, 33330 Gütersloh, www.meierhof.de, e-Mail: Info@meierhof.de
Telefon Verwaltung: 05241 337280, Hof-Laden 05241 337281, Telefax: 05241 337282