

Entenbrust à l'Orange



Zutaten für 4 Portionen:

- 2 Entenbrustfilets (à ca. 300 g)
- 3 Orangen, unbehandelt
- 1 Schalotte
- 1 TL Butter
- 1 Lorbeerblatt
- 1 Zweig Rosmarin
- 1 EL Weißweinessig
- 200 ml Geflügelfond
- 2 EL Orangenmarmelade
- 2 EL Orangenlikör (z.B. Grand Marnier)
- 1 EL Speisestärke
- Salz, Pfeffer

Ofen auf 190°C vorheizen.

Den Saft von 2 Orangen auspressen. 1 Orange mit heißem Wasser abspülen, quer in Scheiben schneiden und die Scheiben vierteln. Schalotte schälen und fein würfeln. Thymianblätter abzapfen.

Die Entenbrüste waschen und trocken tupfen. Die Haut der Entenbrüste jeweils vorsichtig quer einritzen und das Fleisch von beiden Seiten salzen und pfeffern. Die Entenbrüste in einer erhitzten Pfanne zuerst auf der Hautseite für ca. 3 Minuten scharf anbraten, wenden und nochmals ca. 2 Minuten braten.

Entenbrüste mit der Hautseite nach oben in eine ofenfeste Form geben und im Ofen auf der mittleren Schiene ca. 15 Minuten weiter garen. Bratfett beiseite stellen und die Entenbrüste in Alufolie gewickelt 5 Minuten ruhen lassen.

Währenddessen Butter in der bereits verwendeten Pfanne erhitzen. Schalotte darin andünsten. Mit Orangensaft und Geflügelfond ablöschen, Lorbeerblatt, Thymianblätter und Weißweinessig dazu geben und ca. 8-10 Minuten einkochen lassen. Danach mit Bratfett der Ente, Orangenmarmelade, Orangenlikör sowie Salz und Pfeffer abschmecken. Lorbeerblatt entfernen. Speisestärke mit etwas kaltem Wasser anrühren und die Soße damit binden.

Entenbrüste vorsichtig in Scheiben schneiden und auf eine erwärmte Platte legen. Die Soße darüber verteilen und sofort servieren.