



Entenbrust in Rotweinsauce mit Gemüse und Kartoffelstampf

Für die Entenbrust:

4 Entenbrüste (je ca. 250g)

Prise(n) Salz, Pfeffer

Für die Rotweinsauce:

240 ml Rotwein

240 ml Jürgen Langbein Enten-Fond

2 Schalotten, fein gehackt

2 Knoblauchzehen, fein gehackt

30 g Butter

30 g Mehl

Prise(n) Salz, Pfeffer

Für das Gemüse:

400 g Möhren, in dünnen Streifen geschnitten

400 g Zucchini, in dünne Scheiben geschnitten

Gesamtzeit: 45 min

Schwierigkeitsgrad: mittel

Portionen: 4 Personen

30 ml Liakada Natives Olivenöl extra 0,5 L

Prise(n) Salz, Pfeffer

Für den Kartoffelstampf:

800 g mehligkochende Kartoffeln, geschält und in Stücke geschnitten

60 g Butter

120 ml Milch

Etwas Salz und Muskatnuss

Für die Entenbrust:

1.

Die Entenbrüste abspülen und trocken tupfen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Entenbrüste auf der Hautseite in einer heißen Pfanne ohne Öl anbraten, bis die Haut goldbraun und knusprig ist. Dann die Brüste wenden und kurz auf der Fleischseite anbraten. Anschließend im vorgeheizten Ofen bei 180 °C für ca. 10-12 min. weitergaren.

Für die Rotweinsauce:

1. Für die Rotweinsauce die gehackten Schalotten und Knoblauch in der Butter in einem Topf anschwitzen. Das Mehl hinzufügen und kurz mitrösten. Dann mit Rotwein

und Entenfond ablöschen. Unter Rühren aufkochen und bei mittlerer Hitze köcheln lassen, bis die Sauce leicht eingedickt ist. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Gemüse:

1. Für das Gemüse das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Möhren und Zucchini darin anbraten, bis sie leicht gebräunt und dennoch bissfest sind. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für den Kartoffelstampf:

1.

Für den Kartoffelstampf die Kartoffelstücke in einem Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen und so lange kochen, bis sie weich sind. Abgießen und gut abtropfen lassen. Dann mit Butter, Milch, Salz und Muskatnuss stampfen, bis ein cremiger Stampf entsteht.

Die Entenbrüste aus dem Ofen nehmen und kurz ruhen lassen, bevor sie in dünne Scheiben geschnitten werden.

Alles zusammen servieren.