

Rezept

Entenbrust mit Johannisbeeren

Ein Rezept von Entenbrust mit Johannisbeeren, am 19.04.2024

Zutaten

250 g schwarze Johannisbeeren (ersatzweise Himbeeren frisch oder TK-Ware oder Sauerkirschen aus dem Glas)	2 Schalotten
Salz	4 Zweige Thymian
1 EL Enten- oder Gänseschmalz (ersatzweise Öl)	4 kleine Entenbrustfilets (à ca. 200 g)
400 ml Entenfond (aus dem Glas)	Pfeffer
1 TL frisch gepresster Zitronensaft	1 TL Honig
	1 TL Speisestärke
	5 EL Cassis (Johannisbeerlikör; ersatzweise 3 EL schwarzes Johannisbeergelee)

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 430 kcal

Zubereitung

1. Backofen auf 180° (Umluft) vorheizen. Johannisbeeren waschen, die Beeren abzupfen. Schalotten schälen und fein würfeln. Thymian waschen, trocken schütteln, Blättchen abzupfen und fein hacken. Entenbrüste trocken tupfen. Sehnen und Häutchen abschneiden und die Haut mit einem scharfen Messer mehrmals einschneiden, dabei nicht ins Fleisch schneiden! Brüste beidseitig salzen und pfeffern. Schmalz in einer großen Pfanne erhitzen, die Entenbrüste darin auf der Hautseite bei mittlerer Hitze 4-5 Min. braun anbraten, wenden und bei großer Hitze 1 weitere Min. braten. Aus der Pfanne nehmen, in eine ofenfeste Form legen und im Ofen (Mitte) in 10-12 Min. fertig garen. Herausnehmen, in Alufolie wickeln und ruhen lassen.
2. Während die Brüste im Ofen garen, das Bratfett bis auf einen kleinen Rest aus der Pfanne gießen. Diesen erhitzen und die Schalotten darin goldgelb andünsten. Thymian und Johannisbeeren dazugeben, Honig darüberträufeln und 1 Min. mitdünsten. Von den Beeren 1 guten EL abnehmen. Fond in die Pfanne gießen und bei großer Hitze offen in 4-5 Min. um ein Drittel einkochen lassen. Stärke mit 2 EL kaltem Wasser glatt rühren und unter die Sauce rühren. Bei mittlerer Hitze 2-3 Min. köcheln lassen, bis die Sauce eindickt. Mit einem Pürierstab leicht anpürieren, dann durch ein Sieb streichen. Die Sauce wieder in die Pfanne geben, erhitzen und mit Zitronensaft, Cassis, Salz und Pfeffer abschmecken. Die abgenommenen Beeren unterrühren. Entenbrüste in Scheiben schneiden und mit der Sauce beträufeln.