Rezept

Entenbrust mit Kohlrabigemüse

Ein Rezept von Entenbrust mit Kohlrabigemüse, am 29.04.2024

Zutaten

250 g	Entenbrust (ohne Haut und Fett)
	Salz
600 g	Kohlrabi
1 walnussgroßes Stück	Ingwer
1 EL	Weinessig
1 EL	Zitronensaft
	Pfeffer
2	Schalotten
1 Bund	Frühlingszwiebeln
200 ml	Geflügelbrühe
1 TL	Rapsöl
1 TL	süßer Senf

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 364 kcal

Zubereitung

1. Die Entenbrust kalt abspülen und trockentupfen. Rundum mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer einreiben. Kohlrabi schälen und in feine Streifen schneiden. Schalotten und Ingwer schälen, die Schalotten klein würfeln, den Ingwer fein reiben. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in Ringe schneiden.

2. Die Brühe erhitzen, Kohlrabi, Schalotten und Ingwer darin 10 Min. dünsten, salzen und pfeffern. Den Backofen auf 100° vorheizen.

3. Eine beschichtete Pfanne mit dem Öl auspinseln und erhitzen, das Fleisch darin von beiden Seiten 2 Min. scharf anbraten. In der Pfanne (oder auf einem Teller) im heißen Backofen 10-12 Min. nachziehen lassen.

4. Frühlingszwiebeln unter das Kohlrabigemüse heben, mit Essig, Senf, Salz und Pfeffer abschmecken. Das Fleisch in Scheiben schneiden und auf dem Gemüse anrichten.