

Rezept

Thai-Entenbrustsalat

Ein Rezept von Thai-Entenbrustsalat, am 18.04.2024

Zutaten

- | | |
|---|-------------------------------|
| 1 frische Entenbrust (ca. 280 g) oder ca. 50 g gegartes Entenfleisch | 1 EL helle Sojasauce |
| 1 Stängel Zitronengras | 2 Frühlingszwiebeln |
| 1-3 kleine rote Thai-Chilischoten (je nach gewünschter Schärfe) | 1/2 Bund Koriandergrün |
| 1 TL Zucker | 3 EL Limettensaft |
| | 2 EL Fischsauce |

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 275 kcal

Zubereitung

1. Die Entenbrust waschen und trocken tupfen. Die Haut rautenförmig einritzen und rundherum mit der Sojasauce einreiben. Die Entenbrust mit der Hautseite in eine kalte kleine Pfanne legen und bei mittlerer Hitze erwärmen. Offen 6-7 Min. braten, bis das Fett austritt und die Haut goldbraun ist. Die Entenbrust wenden und etwa 8 Min. weiterbraten. Herausnehmen und abkühlen lassen.
2. In der Zwischenzeit die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in schräge Ringe schneiden. Das Zitronengras von äußeren harten Blättern befreien und das untere Drittel in sehr feine Scheiben schneiden. Das Koriandergrün waschen und trocken schütteln, die Blätter abzupfen und grob hacken. Die Chilis waschen und ohne Stielansatz in feine Scheiben schneiden.
3. Von der frisch gebratenen Entenbrust die Haut ablösen und beiseitelegen. Das Fleisch (oder das gegarte Entenfleisch) quer in dünne Scheiben schneiden. In einer Schüssel Limettensaft, Fischsauce und Zucker verrühren, Frühlingszwiebeln, Zitronengras, Chilis, Koriandergrün und Entenfleisch untermischen und etwa 1 Std. durchziehen lassen.
4. Den Thai-Salat in zwei Schalen verteilen. Die knusprig gebratene Entenhaut (falls verwendet) in feine Streifen schneiden und darüberstreuen.