Rezept

Entenbrust in Reispapier

Ein Rezept von Entenbrust in Reispapier, am 17.05.2025

Zutaten

- 2-3 Frühlingszwiebeln
- **250 g** Chinakohl
- **1** Entenbrustfilet (ca. 300 g)
- Salz
- **8 TL** Hoisinsauce (Asienladen)
- **250 g** Salatgurke
- 6-8 Stiele Pfefferminze
- **1 TL** 5-Gewürze-Pulver (Asienladen)
- **8** Reispapierblätter (22 cm Ø; Asienladen)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 730 kcal

Zubereitung

1. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und schräg in feine Ringe schneiden. Gurke waschen, streifig schälen, längs halbieren und mit einem Teelöffel entkernen. Anschließend in 5 cm lange, 1/2 cm dicke Stifte schneiden. Kohl putzen und quer in feine Streifen schneiden. Minzeblättchen abzupfen. Alles abgedeckt beiseitestellen.

2. Entenbrust häuten. Haut in eine trockene Pfanne geben, mit Alufolie bedecken und mit einem Topf beschwert bei mittlerer Hitze langsam kross ausbraten. Fleisch waagerecht halbieren. Nacheinander zwischen Frischhaltefolie am besten mit einem Stieltopf 1/2 cm flach klopfen.

3. Haut aus der Pfanne nehmen, auf Küchenpapier abkühlen lassen, Fett in ein Schälchen füllen. Fleisch rundum mit 1 EL Entenfett bestreichen. Mit 5-Gewürze-Pulver und Salz würzen. 1 TL Entenfett in der Pfanne erhitzen, das Fleisch darin auf jeder Seite 3-4 Min. braten. Fleisch und Haut quer in Streifen schneiden.

4. Reisblätter einzeln 1 Min. in warmes Wasser legen, kurz abtropfen lassen. Mit je 1 TL Hoisinsauce bestreichen. Mit Frühlingszwiebeln, Gurke, Chinakohl, Minze, Entenfleisch und -haut belegen, Ränder einschlagen und aufrollen.