

Rezept

Entenbrust mit Rotkohlrollen

Ein Rezept von Entenbrust mit Rotkohlrollen, am 19.01.2025

Zutaten

Kohlrollen

1	Rotkohl (ca. 800 g)		Salz
40 g	Zucker	50 ml	Apfelessig
50 ml	Öl	1 Stück	Ingwer (ca. 80 g)
½ Bund	Koriandergrün (ersatzweise Minze)		

Entenbrust

4	Entenbrustfilets (à ca. 200 g)	10 ml	Öl
	Salz		Pfeffer

Sauce

	Abschnitte des Rotkohl (vom Salat)	100 ml	Rotwein
50 g	Purple Curry (Gewürzmischung, Internetshop)	30 ml	Öl
20 g	Zucker	20 g	Apfelessig
20 g	Speisestärke		Salz
	Pfeffer		

Rezeptinfos

Portionsgröße Hauptgericht Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min
Pro Portion Ca. 730 kcal, 45 g F, 40 g EW, 34 g KH

Zubereitung

1. Kohlrollen: Rotkohl waschen und 8 äußere große Blätter abschneiden. Kohlblätter in Salzwasser 1-2 Min. blanchieren, bis sie biegsam sind, dann kalt abschrecken und trocken tupfen. Dicke Blattrippen flacher schneiden.
2. Übrigen Kohl längs vierteln, den Strunk großzügig ausschneiden (Abschnitte für die Sauce zurücklegen). Den Kohl fein schneiden und mit Salz, Zucker, Essig und Öl in einer Schüssel vermengen. Salat 30 Min. ziehen lassen. Dann den Ingwer schälen und fein würfeln. Koriander abbrausen und trocken schütteln, die Blättchen fein schneiden. Beides zum Kohlsalat geben.
3. Kohlblätter auslegen und den Salat in der Mitte der Blätter verteilen. Jeweils den rechten und linken Blattrand über die Füllung schlagen, dann die Blätter von unten her aufrollen. Die Enden der Röllchen knapp glatt abschneiden, sodass die Füllung sichtbar wird.

4. Entenbrust: Entenbrustfilets trocken tupfen und, falls nötig, vorhandene Federkiele mit einer Pinzette herausziehen. Die Haut rautenförmig einschneiden. Das Öl in eine Pfanne geben. Die Filets salzen und mit der Haut nach unten in die kalte Pfanne legen. Die Filets bei kleiner Hitze ca. 15 Min. braten, bis die Haut knusprig ist, dann wenden und die Fleischseite ca. 3 Min. braten. Entenbrustfilets aus der Pfanne nehmen, auf Küchen-papier entfetten und der Länge nach halbieren.

5. Sauce: Kohlabschnitte mit dem Wein in einem Standmixer oder mit dem Pürierstab gründlich mixen. In ein Sieb geben und den ablaufenden Saft auffangen. Purple Curry mit dem Öl in einem Topf andünsten, Zucker und Essig dazugeben, aufkochen. Rotkohlsaft dazugießen und die Sauce bei mittlerer Hitze ca. 15 Min. einköcheln lassen. Stärke mit 50 ml kaltem Wasser verrühren, die Sauce damit binden. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

6. Anrichten: Etwas Sauce, die Hälfte der Entenfilets und der Kohlrollen auf Teller verteilen. Die restlichen Rollen und Filets zum Nachnehmen separat anrichten.