

Rezept

Entenbrust nach der 80-Grad-Methode

Ein Rezept von Entenbrust nach der 80-Grad-Methode, am 23.04.2024

Zutaten

2 Entenbrüste (je etwa 380 g)
Pfeffer

Salz

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min

Zubereitung

1. Die Entenbrüste trockentupfen, die Fettschicht mit einem scharfen Messer rautenförmig einschneiden, aber nicht bis ins Fleisch schneiden. Entenbrüste auf beiden Seiten mit Salz und Pfeffer einreiben.

2. Den Backofen auf 80° einschalten (Umluft ist nicht so geeignet). Eine ofenfeste Pfanne auf dem Herd gut erhitzen. Entenbrüste auf der Fettseite 2-3 Min. gut anbraten, wenden und ganz kurz weiterbraten. In der Pfanne in den Ofen (Mitte) stellen und 45 Min. garen. In dünne Scheiben schneiden.