

## Rezept

# Ganze Ente ohne Füllung

Ein Rezept von Ganze Ente ohne Füllung, am 21.06.2026

## Zutaten

<b>1</b> Bauernente (ca. 2 kg)	Salz
<b>1 EL</b> neutrales Öl	Pfeffer
Holzspießchen	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** 4 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 930 kcal

## Zubereitung

1. Zunächst Hals und Flügelspitzen von der Ente abschneiden, dicke Fettstücke aus der Bauchöffnung entfernen. Die Haut der Ente mit dem Holzspießchen rundherum einstechen, damit das Fett beim Braten gut herauslaufen kann. Dabei darauf achten, dass das Fleisch unter der Haut möglichst wenig verletzt wird.
2. Backofen auf 190° (Umluft verwenden!) vorheizen. In einem kleinen Topf 100 ml Wasser mit 2 EL Salz aufkochen, bis sich das Salz gelöst hat. Vom Herd nehmen, abkühlen lassen und dann in den Kühlschrank stellen.
3. Die Ente mit Öl einreiben und von innen und außen kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Ein tiefes Backblech auf den Ofenboden stellen und 1 Tasse Wasser hineinschütten. Die Ente auf einem Rost auf der untersten Schiene in den Ofen schieben und in ca. 2 Std. gar und goldbraun braten.
4. Dann den Ofen auf 220° und Umluftgrill stellen (oder auf 240° Umluft). Die Ente mit dem kalten Salzwasser bepinseln (oder mit einer Sprühflasche aufsprühen) und noch ca. 5 Min. weiterbraten, bis die Haut schön knusprig ist, dabei noch zweimal mit dem Salzwasser bestreichen. Jetzt die Ente nicht mehr aus den Augen lassen, damit bei der hohen Temperatur nichts verbrennt.
5. Die fertige Ente auf eine Platte heben. Das Backblech vorsichtig aus dem Ofen nehmen, das Fett abgießen und den Bratensatz mit ein wenig Wasser lösen – die Sauce zu der Ente servieren.