Rezept

Gewürzentenbrust mit Maronen-Blaukraut

Ein Rezept von Gewürzentenbrust mit Maronen-Blaukraut, am 22.05.2025

Zutaten

40 g	Butter
	Salz
1/4 l	Entenfond (aus dem Glas)
	Pfeffer
1	säuerlicher Apfel (z. B. Boskop)
1 Dose	Blaukraut (850 ml)
250 g	gegarte Maronen (vakuumverpackt)
1-2 EL	Rotweinessig (nach Belieben)
4	Entenbrustfilets (je ca. 300 g)
4 TL	chinesisches Fünf-Gewürze-Pulver
	Saft von 1 Orange (ca. 100 ml)
1	Zwiebel
2 EL	Butterschmalz
2 EL	Zucker
	Salz
1	ofenfeste Form (ca. 24 x 30 cm)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 6 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 595 kcal

Zubereitung

1. Die Butter für die Entenbrüste klein würfeln und ins Tiefkühlfach geben. Die Entenbrüste kalt abwaschen, abtrocknen und die Haut mit einem scharfen Messer rautenförmig einritzen. Rundherum mit Salz und dem Fünf-Gewürze-Pulver einreiben. Den Backofen samt der Form auf 120° vorheizen. Entenbrüste mit der Haut nach unten in eine kalte Pfanne legen, erhitzen, 3-5 Min. bei mittlerer Hitze braten, bis die Haut goldbraun ist, dann wenden und auf der anderen Seite 3 Min. anbraten. Mit der Hautseite nach oben in die Form im Ofen (Mitte, keine Umluft) legen und 15 Min. garen. Das Fett aus der Pfanne abgießen, den Bratensatz wieder erwärmen. Mit Fond und Orangensaft ablöschen, 10-12 Min. offen bei mittlerer Hitze köcheln lassen.

2. Inzwischen für das Blaukraut die Zwiebel schälen und fein hacken. Den Apfel schälen und ohne Kerngehäuse grob raspeln. 1 EL Butterschmalz in einem Topf erhitzen, Zwiebel und Apfel darin 2 Min. unter Rühren anbraten. Das Blaukraut dazugeben und unter gelegentlichem Rühren bei mittlerer Hitze erwärmen. Das übrige Butterschmalz mit dem Zucker in einer Pfanne schmelzen. Die Maronen dazugeben, leicht salzen und unter gelegentlichem Rütteln der Pfanne in 2-3 Min. bei schwacher Hitze karamellisieren lassen. Die Maronen unter das Blaukraut mischen und dieses nach Belieben mit dem Essig abschmecken.

3. Die Entenbrüste aus dem Ofen nehmen und zugedeckt 5 Min. ruhen lassen. Inzwischen die eiskalte Butter unter die Sauce rühren, diese nicht mehr kochen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Maronen-Blaukraut auf sechs vorgewärmte Tellern geben. Die Entenbrüste in Scheiben schneiden und mit der Sauce dazu anrichten.