

Rezept

Knusprige Entenbrust

Ein Rezept von Knusprige Entenbrust, am 08.06.2023

Zutaten

2	Entenbrustfilets (à ca. 350 g)		Salz
	schwarzer Pfeffer	2 Bund	Frühlingszwiebeln
100 g	getrocknete Aprikosen	250 g	Jasminreis
	1/2 l heiße Gemüsebrühe (Instant)		rosa Pfeffer

Rezeptinfos

Portionsgröße 4 | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 710 kcal

Zubereitung

1. Die Entenbrusthaut rautenförmig einschneiden. Die Entenbrustfilets erst auf der Hautseite, dann auf der Fleischseite in einer Pfanne ohne Fett jeweils kurz anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.
2. Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in ca. 2 cm lange Stücke schneiden. Die Aprikosen in schmale Streifen schneiden. Den Backofen auf 200° vorheizen.
3. Reis, Brühe, Frühlingszwiebeln und Aprikosen in einer flachen Auflaufform verrühren. Mit Salz und rosa Pfeffer würzen. Entenbrust mit der Hautseite nach oben darauf legen. Im heißen Backofen (Mitte, Umluft 180°) ca. 25 Min. offen garen.
4. Die Form aus dem Ofen nehmen. Die Entenbrustfilets in Scheiben schneiden und auf dem Reis anrichten.