

Rezept

Knusprige Entenkeulen mit Rotkohlsalat

Ein Rezept von Knusprige Entenkeulen mit Rotkohlsalat, am 19.04.2025

Zutaten

400 g Rotkohl	40 g frischer Ingwer
Salz	Pfeffer
3-4 EL Limettensaft	7 EL Honig
2 EL Sojasauce	1 EL Öl
1 TL geröstetes Sesamöl (Asienladen)	1 große Zwiebel
1 Knoblauchzehe	120 ml Obstessig
5 Kaffirlimettenblätter	2 TL 5-Gewürze-Pulver (Asienladen)
2 kleine Entenkeulen (à 250 g)	1 EL Sesamsamen
3 EL grob gehacktes Koriandergrün	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: mehr als 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 735 kcal

Zubereitung

1. Rotkohl putzen, vierteln und ohne Strunk fein schneiden. Ingwer dünn schälen und reiben. Mit 1/2 TL Salz, Limettensaft und 1 EL Honig zum Kohl geben. Mit den Händen 5 Min. kräftig durchkneten. Sojasauce und beide Öle untermischen und kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Den Salat abgedeckt durchziehen lassen.
2. Zwiebel schälen, längs achteln. Knoblauch ungeschält mit der breiten Messerseite andrücken. In einem flachen Topf mit 2 TL Salz, 5 EL Honig, Essig, 3 Limettenblättern und 5-Gewürze-Pulver zugedeckt aufkochen. Keulen nebeneinander einlegen, mit kochend heißem Wasser gerade bedecken. Zugedeckt bei schwacher Hitze 1 Std. kochen. Ofen auf 200° (Umluft 180°) vorheizen.
3. Keulen aus dem Sud heben, auf der Haut mit 1 EL Honig bestreichen und auf ein Blech legen. Je 1 Limettenblatt mit 1 Zahnstocher auf die Keulen stecken. Im Ofen (Mitte) in 15-20 Min. goldbraun und knusprig braten. Inzwischen den Sesam in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Koriander unter den Rotkohl mischen, abschmecken und mit Sesam bestreut mit den Entenkeulen anrichten.