

Rezept

Süßsaure Entenbrust

Ein Rezept von Süßsaure Entenbrust, am 09.06.2026

Zutaten

2 Entenbrustfilets (mit Haut, je etwa 380 g)	150 g Honig
150 ml Balsamico bianco	2 Knoblauchzehen
Salz	Pfeffer
1 Dose Ananasstücke (Inhalt 430 g)	100 ml Geflügel- oder Gemüsebrühe
2 gehäufte TL Speisestärke	Alufolie zum Grillen

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 665 kcal

Zubereitung

1. Entenbrustfilets waschen und trockentupfen. Honig und Essig in einem Topf bei starker Hitze in 7-8 Min. sirupartig einkochen lassen. Knoblauch schälen und dazupressen, salzen und pfeffern. Vom Sirup 5 EL abnehmen und die Filets damit einstreichen, mindestens 5 Std. marinieren lassen.
2. Übrigen Sirup mit Ananas samt Saft und Brühe aufkochen. Stärke mit 3 EL kaltem Wasser anrühren, untermischen. Die Sauce kurz kochen lassen, bis sie dicklich ist. Salzen, pfeffern und beiseite stellen.
3. Grillrost mit Alufolie auslegen. Entenbrustfilets mit der Haut nach unten mit etwa 10 cm Abstand zur Glut darauf legen. Dabei die Filets an den Rand des Grills legen, wo die Hitze nicht so stark ist. Die Filets 12-15 Min. grillen, bis die Haut schön knusprig ist. Wenden und die Fleischseite noch 1-2 Min. grillen. Dann vom Grill nehmen und in etwa ½ cm dicke Scheiben schneiden. Die Filetscheiben in die Mitte des Grills legen und in etwa 4 Min. fertig garen, dabei einmal wenden. Die Sauce erhitzen und zu den Entenbrustfiletscheiben servieren.