

Maninas Rezept für **Entenbrust „Origine“**

Zutaten für 4 Personen:

2 Entenbrüste
1 rote Zwiebel
4 getrocknete Pflaumen
1 Granatapfel
ca. ½ Liter Hühnerbrühe
Honig
weißer Balsamico-Essig
Butter
Salz
Pfeffer
Meersalzflocken

Vorbereitung:

20 Minuten

Zuerst die Zwiebel in Ringe schneiden. Die getrockneten Pflaumen in Scheiben schneiden und in Wasser quellen lassen. Dann die Kerne aus dem Granatapfel lösen und beiseite stellen.

Nun die Entenbrüste in kaltem Wasser waschen und mit Küchenpapier trocken tupfen. Danach auf der Hautseite mit einem scharfen Messer rautenförmig leicht einschneiden und beidseitig mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Entenbrüste mit der Hautseite ohne Fett in die kalte, zu erhaltende Pfanne legen, damit sich das Entenfett löst. Bei mittlerer Hitze etwa 6 Minuten braten. Danach wenden und etwa 6 Minuten auf der Fleischseite braten. Dabei immer mit dem ausgelauenen Fett begießen.

Die Entenbrüste aus der Pfanne nehmen und das Fett wegschütten. Die geschnitten rote Zwiebeln in die Pfanne geben und braten lassen bis sie goldbraun werden. Honig dazugeben und karamellisieren lassen und mit einem Schuss weißem Balsamico ablöschen. Danach die die gequollenen Pflaumen dazugeben, mit Brühe begießen und einreduzieren lassen.

Die gebratenen Entenbrüste in die Sauce legen und etwa 2 Minuten darin kochen lassen. Dann wieder herausnehmen. Nach Belieben ein Stück Butter in der Sauce verrühren. Das gibt der Sauce zusätzliche Cremigkeit. Zum Schluss die Granatapfelkerne in die Sauce geben.

Nun die Entenbrüste schräg in Scheiben schneiden, mit der Sauce begießen und mit Salzflocken würzen.

Bon Appetit!

Guten Appetit!

En Guete!

