

Entenbrust mit Honig-Balsamico-Soße

Fleisch-Gerichte » Enten-Gerichte

Zutaten (4 Personen)

- » 700g Entenbrust / -brüste
- » Salz & Pfeffer
- » 150g Schalotte(n)
- » 2 TL Honig
- » 3 TL Instant-Klare-Brühe
- » dunklen Soßenbinder
- » 1-2 EL Balsamico Essig

Bewertung



Beschaffung

manchmal im Discounter



Kosten

6-10€



Zubereitungszeit

31-60min

Zubereitung

1. Die Entenbrustfilets salzen und pfeffern. In einer beschichteten Pfanne ohne Fett auf der Hautseite 3min braten. Wenden und auf der Fleischseite 1-2min anbraten. Entenbrustfilets aus der Pfanne nehmen, nebeneinander und mit der Hautseite nach oben in eine Auflaufform legen. Im vorgeheizten Ofen bei 175°C 15-20min garen.

2. Schalotten schälen, halbieren und in der Pfanne im Entenfett goldgelb braten. Honig dazugeben und unterrühren. 400ml Wasser dazugießen, aufkochen, klare Brühe-Würfel hinzufügen und darin unter Rühren auflösen. Leicht mit Soßenbinder binden. Mit Salz, Pfeffer und Balsamico-Essig abschmecken. Entenbrustfilets aufschneiden und mit der Soße servieren. Dazu passt Brokkoli.

angelegt am: 06.02.2007

Rezept-Nr: 2195

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2024 M.Hennicke