Entenbrust mit Apfel-Chutney

Fleisch-Gerichte » Enten-Gerichte

Zutaten (4 Personen)

» 500g Apfel/Äpfel
» 2EL Zitronensaft
» 1 rote Zwiebel(n)
» 50g Zucker
» 50ml Rotwein
» Salz & Pfeffer
» 600g Rosenkohl
» 40g Butter/Margarine
» Muskat
» 125ml Instant-Gemüse-Brühe
» 2 Entenbrust / -brüste
» 1EL Öl
» 400g Spätzle
» 3EL Semmelmehl
» Rosmarin

Bewertung

Beschaffung
manchmal im Discounter

Kosten
6-10€

Zubereitungszeit
31-60min

Zubereitung

1. Äpfel klein schneiden, mit Saft beträufeln. Zwiebel würfeln. Zucker karamellisieren. Wein zugießen und den Karamell lösen. Zwiebel zufügen, andünsten. Äpfel unterrühren, ca. 10min köcheln lassen, würzen. Abkühlen lassen.

2. Rosenkohl in 20g Butter andünsten. Mit Salz und Muskat würzen. Mit Brühe ablöschen und 16-18min garen. Entenbrüste mit Salz und Pfeffer würzen und im heißen Öl 4-5 min anbraten. Auf die Fettpfanne legen und im vorgeheizten Ofen bei 175°C ca. 15min braten.

3. Spätzle in Salzwasser ca. 15min kochen. Rest Butter erhitzen, Semmelbrösel darin anrösten. Spätzle abgießen, mit Rosenkohl, Entenbrust und Chutney auf Tellern anrichten. Spätzle mit Bröseln bestreuen und nach Belieben mit Rosmarin garnieren.

Nährwerte: 690kcal/E38g/F42g/KH36g pro Portion

angelegt am: 22.02.2003 Rezept-Nr: 252

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