

Kross gebratene Entenbrust mit karamellisiertem Rotkohl und Kartoffel-Aprikosen-Gratin

Zutaten für die Entenbrust (2 Personen)

- 2 Barbarie-Entenbrüste (je ca. 200g)
- Salz, Pfeffer aus der Mühle
- 2 EL Pflanzenöl
- ½ Apfel (Boskop)
- 2 EL geschälte & gehackte Mandeln
- 1 TL Zucker
- 0,1 l Rotwein
- 5 EL Balsamico-Sirup
- 3 EL Soja- oder Teriyaki-Sauce



Zubereitung Entenbrust

Die Entenbrüste kurz kalt abwaschen und mit Küchentuch trockentupfen. Die Haut mit einem scharfen Messer einschneiden und das Fleisch von allen Seiten mit Salz und Pfeffer würzen. Das Öl in eine kalte Pfanne geben, die Entenbrüste mit der Hautseite nach unten hineinlegen. Die Pfanne erhitzen und die Entenbrüste behutsam auf der Hautseite braten, bis sie eine goldgelbe Farbe bekommt und schön kross ist. Hitze reduzieren, die Entenbrüste wenden und in etwa 7 Minuten bei geringer Temperatur auf der Fleischseite fertig garen.

Apfel schälen, Kerngehäuse entfernen und in kleine Würfel schneiden. Entenbrust aus der Pfanne nehmen, warmhalten. Im Bratenansatz die Apfelwürfel anschwitzen, Mandeln dazugeben und mit Rotwein ablöschen. Den Balsamico-Sirup und die Soja-, bzw. Teriyaki-Sauce dazugeben und um 2/3 einkochen lassen. Die Entenbrust zurücklegen.

Zutaten für karamellisiertes Rotkraut (2 Personen)

- ¼ Rotkohl
- 2 Msp. Lebkuchengewürz
- (alternativ gemahlener Zimt)
- Salz
- 1 EL Butter
- ½ TL Zucker

Zubereitung karamellisiertes Rotkraut

Rotkohl waschen und in fingerdicke Spalten schneiden. Den Strunk nur so weit wegschneiden, dass die Blätter nicht auseinanderfallen. Butter in einer beschichteten Pfanne aufschäumen, die Rotkohlspalten 3–4 Minuten beidseitig kräftig anbraten, dabei mit Zucker bestreuen und karamellisieren lassen. Dann mit Lebkuchengewürz und Salz würzen.

Zutaten für gratinierten Kartoffelauflauf mit Aprikosen (2 Personen)

- 500 g Kartoffeln
- 80 g Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 1 EL Butter
- 0,3 l Gemüsebrühe
- 0,2 l Sahne
- 10 Softaprikosen
- 120 g Gruyere (oder einen anderen kräftigen Bergkäse)
- Salz, Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung Kartoffel-Aprikosen-Gratin

Den Ofen auf 180°C vorheizen.

Die Kartoffeln schälen und in Scheiben schneiden oder hobeln. Knoblauch und Zwiebeln würfeln. Die Butter in einem Topf schmelzen lassen und darin die Zwiebelwürfel und den Knoblauch anschwitzen. Kartoffelscheiben, Brühe und Sahne dazugeben und unter Rühren kurz aufkochen.

Die Softaprikosen in Streifen schneiden, dazugeben, mit Salz und Pfeffer würzen. Alles einmal gut durchrühren und direkt in eine Auflaufform geben.

Den Käse reiben, über den Auflauf geben und im Ofen bei Ober-/Unterhitze 40 Minuten garen, bis der Käse braun ist.

Tipps zum Anrichten

Je eine gute Portion Gratin auf Teller verteilen, daneben die Rotkohlviertel platzieren. Die Entenbrust schräg aufschneiden und dazu arrangieren. Mit der Sauce beträufeln.