

SVG-Logo wird im PDF nicht unterstützt. Bitte laden Sie ein JPG- oder PNG-Logo in den Plugin-Einstellungen hoch.

Email: info@michelsen-versand.de Tel: +49 40 254 055 55 Web: www.michelsen-versand.de

Krosses Entenbrustfilet an Orangen-Cranberry-Sauce mit glasierten Möhrchen

Krosses Entenbrustfilet an Orangen-Cranberry-Sauce mit glasierten Möhrchen

Zubereitungszeit: 20 min

Kochzeit: 30 min

Gesamtzeit: 50 min

Schwierigkeitsgrad: mittel

Portionen: 4 Personen

Zutaten:

4 Stück(e) Entenbrustfilets

1 Teelöffel Gourmet-Orangensalz mit Orangenschale

1 Teelöffel Schwarzer Pfeffer

500 g Möhrchen, geschält

40 g Butter

1 Esslöffel Honig

150 ml frisch gepresster Orangensaft

100 g Wilkin & Sons 'Tiptree' Sauce Wild Cranberry

100 ml Geflügelfond

20 g kalte Butter (für die Soße)

1 Stück(e) Bio-Orange (Zesten & Saft)

Entenbrust vorbereiten:

1.

Die Haut der 4 Entenbrustfilets (à ca. 180 g) rautenförmig einschneiden, ohne das Fleisch zu verletzen. Mit 1 Tl Michelsen Gourmet-Orangensalz mit Orangenschale und 1 Tl Michelsen Gourmet-Gewürz schwarzer Pfeffer von beiden Seiten würzen und 15 Minuten bei Raumtemperatur ruhen lassen.

2.

Möhrrchen vorbereiten:

500g Möhrrchen schälen und je nach Größe halbieren.

3.

Entenbrust anbraten:

Eine kalte, ofenfeste Pfanne ohne Fett verwenden.

Entenbrustfilets mit der Hautseite nach unten hineinlegen und langsam bei mittlerer Hitze 6 Minuten anbraten, damit das Fett schön ausschmilzt und die Haut kross wird. Dann wenden und auf der Fleischseite noch 2 Minuten anbraten.

4.

Im Ofen fertigbaren:

Den Backofen auf 160°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Pfanne für ca. 15 Minuten in den Ofen geben, danach herausnehmen und 5 Minuten ruhen lassen.

5.

Möhrrchen glasieren:

Die vorbereiteten Möhrrchen in Butter, Honig und einer Prise Salz in einer separaten Pfanne bei mittlerer Hitze 8-10 Minuten unter gelegentlichem Wenden glasig-weich braten, bis sie eine schöne goldene Farbe bekommen.

6.

Orangen-Cranberry-Sauce zubereiten:

Überschüssiges Entenfett aus der Pfanne abgießen, den Bratensatz mit 150 ml frisch gepresstem Orangensaft ablöschen und aufkochen. 100g Wilkin & Sons 'Tiptree' Sauce Wild Cranberry und 100 ml Geflügelfond einrühren und bei mittlerer Hitze 5 Minuten leicht einköcheln lassen, bis die Sauce sämig wird.

20g kalte Butter in Stücken einrühren, bis die Sauce schön glänzt. Mit Zesten und Saft von 1 Bio-Orange abschmecken.

7.

Anrichten:

Die Entenbrust in Scheiben aufschneiden und mit der Orangen-Cranberry-Sauce sowie den glasierten Möhrchen auf vorgewärmten Tellern anrichten.