

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 18. März 2019** ▪
Leibgericht mit Nelson Müller



Melani Barlai

Glasierte Entenbrust mit Orangensauce, karamellisierten Äpfeln und Süßkartoffelstampf

Zutaten für zwei Personen

Für die Entenbrust:

2 Entenbrustfilets, à 350 g
 2 Knoblauchzehen
 1 Zweig Rosmarin
 1 Zweig Thymian
 2 TL Honig
 Pflanzenöl, zum Braten
 Salz, aus der Mühle
 Bunter Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 160 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Entenbrustfilets waschen, trockentupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Kräuter abbrausen und trockenwedeln. Öl in einer großen Pfanne erhitzen und die Entenbrustfilets ca. 5 Minuten bei mittlerer Hitze auf der Hautseite anbraten. Knoblauchzehen abziehen und im Ganzen mit den Kräutern mit in die Pfanne geben und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Pfanne in den Backofen stellen und die Entenbrustfilets darin ca. 15 Minuten garen. Dabei immer wieder mit dem Bratfett übergießen. Die Filets aus der Pfanne auf ein Ofengitter legen, so dass die Hautseite nach oben zeigt. Mit Honig bestreichen und unter dem Grill 5 Minuten knusprig braten.

Die Pfanne mit dem Bratensatz für die Sauce aufbewahren.

Für die karamellisierten Äpfel:

2 Äpfel (Jona Gold oder Pink Lady)
 2 EL brauner Zucker

Die Äpfel schälen, vierteln und vom Kerngehäuse befreien. Den Zucker in der Pfanne erwärmen und die Äpfel darin karamellisieren.

Für den Süßkartoffelstampf:

500 g Süßkartoffeln
 1 Zwiebel
 100 g Butter
 1 Muskatnuss
 1 Msp. Cayennepfeffer
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Süßkartoffeln schälen, in grobe Würfel schneiden und in gesalzenem Wasser weichkochen.

Zwiebeln abziehen, klein schneiden und in Butter andünsten.

Süßkartoffeln abgießen, stampfen und mit Salz, Cayennepfeffer schwarzem Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Zum Schluss die Zwiebeln untermengen.

Für die Sauce:

200 ml Orangensaft
 2 EL kalte Butter
 1 EL Honig
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Orangensaft zum Bratensatz der Ente geben und einkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und zum Schluss die Butter einrühren. Mit etwas Honig abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.