

Gebratene Entenbrust mit pochierten Quitten

VORBEREITEN

45
Min.

ZUBEREITEN

20
Min.

NIVEAU



Zutaten für 4 Portionen

Für die Entenbrust

2 Entenbrustfilets (à 250 g)
Salz, Pfeffer

Für das Quittengemüse

4 Quitten
70 g Zucker
1 Vanillestange
200 g Rosenkohl
80 g Bacon
2 Esslöffel Butter
Salz, Pfeffer

Würziges, zartes Entenfleisch und süßes Quittenobst sind besonders zu Weihnachten fast schon unzertrennlich. Dazu ein wenig Wintergemüse, zum Beispiel Rosenkohl, und das Festessen kann beginnen.

- 1 -

Backofen auf 180 °C vorheizen.

- 2 -

Entenbrustfilet von Silberhaut befreien. Hautseite gitterförmig einschneiden. Achte dabei darauf, das Fleisch nicht zu verletzen. Von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen.

- 3 -

Quitten gründlich reinigen, um den bitteren Flaum auf der Schale zu entfernen. Quitten schälen, entkernen und in mundgerechte Stücke schneiden. In einen Topf füllen und mit Wasser füllen, bis die Früchte knapp bedeckt sind. Vanilleschote halbieren und mit Zucker zu Quitten und Wasser hinzufügen. Aufkochen und 30-45 Minuten köcheln lassen.

- 4 -

Entenbrustfilets mit Hautseite nach unten in eine kalte Pfanne legen und bei mittlerer Stufe erhitzen. 5-6 Minuten auf der Hautseite goldbraun anbraten. Wenden und auf der Fleischseite weitere 2-3 Minuten anbraten. Entenbrustfilets aus der Pfanne nehmen, in Alufolie einschlagen und im heißen Ofen 10-15 Minuten garen lassen.

- 5 -

Quitten abgießen und abtropfen lassen. Äußere Blätter der Rosenkohlköpfe entfernen und Strunk wegschneiden. Rosenkohl halbieren. Bacon in Würfel schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen und Bacon 2-3 Minuten kross anbraten. Rosenkohl hinzufügen und ca. 2 Minuten anbraten. Quitten hinzufügen und mit Rosenkohl und Bacon vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

- 6 -

Entenbrust aufschneiden und mit Quitten-Rosenkohlgemüse servieren.