

Entenbrust, Kartoffel-Maronen-Stampf und Spitzkohl mit Koriander

 happy-mahlzeit.com/2021/11/28/entenbrust-kartoffel-maronen-stampf-und-spitzkohl-mit-koriander

Zutaten für 2 Personen

Für die Entenbrust:

- 2 Entenbrüste à ca. 350 g
- 2 EL Butter
- Meersalz
- Pfeffer

Für den Kartoffel-Stampf:

- 700 g große mehligkochende Kartoffeln
- 100 g vorgegarte Maronen
- 50 g Butter
- 300 ml Milch
- 1 Orange
- Muskatnuss
- Meersalz

Für den Spitzkohl:

- 500 g Spitzkohl
- 2 rote Zwiebeln
- 2 EL Butter
- 1 EL Mehl
- 1 EL Apfelessig
- 200 ml Geflügelfond
- 1 Bund Koriandergrün
- 1 Muskatnuss
- Meersalz

Zubereitung:

Den Ofen auf 160 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen.

Die Entenbrust waschen und mit etwas Küchenpapier trocken tupfen. Die Haut der Entenbrust mit einem scharfen Messer kreuzweise einritzen, dabei aufpassen, dass man nicht ins Fleisch schneidet und kräftig mit Meersalz und Pfeffer würzen.

Eine Pfanne erhitzen und die Entenbrust zunächst mit der Hautseite nach unten etwa 5 Minuten kräftig anbraten, bis sie goldbraun ist. Dann wenden und auf der Fleischseite 2 – 3 Minuten weiterbraten. Beim Wenden aufpassen, dass man nicht mit einer Gabel ins rohe Fleisch sticht, sonst tritt der Fleischsaft aus

und die Entenbrust wird trocken.

Entenbrust auf der Fleischseite mit Meersalz und Pfeffer würzen, mit Butter und der Gewürzmischung einreiben und in einer ofenfesten Auflaufform im Ofen etwa 12 – 15 Minuten rosa garen.

Wichtig: Das Fleisch muss nach dem Garen ruhen.

Die Entenbrust aus dem Ofen nehmen, in Alufolie wickeln und bei Raumtemperatur 5 Minuten ruhen lassen.

Für den Stampf Kartoffeln schälen, klein schneiden und in Salzwasser gar kochen. Milch mit den Maronen in einen Topf geben und erhitzen. Kartoffeln abgießen, mit einem Kartoffelstampfer grob zerstampfen und Butter unterrühren. Die Maronen in der Milch leicht zerstampfen. Dann nach und nach die heiße Maronenmilch unter den Kartoffelstampf mischen. Schale der Orange abreiben. Stampf mit Abrieb, etwas Meersalz und Muskat abschmecken.

Den Spitzkohl der Länge nach halbieren, den Strunk herausschneiden, die äußeren Blätter entfernen und aufblättern. Spitzkohlblätter in feine Streifen schneiden. Zwiebeln abziehen und in Streifen schneiden. Butter in einem Topf erhitzen und die Zwiebelstreifen kurz darin anbraten. Den Spitzkohl zugeben, umrühren und mit Mehl bestäuben. Apfelessig und Fond dazu gießen und alles 5 Minuten bissfest dünsten. Koriandergrün klein schneiden, untermischen und mit Meersalz und Muskat abschmecken.

Ente aus der Folie wickeln, in 1 cm dicke Scheiben schneiden und auf Tellern anrichten. Spitzkohl und Kartoffel-Maronen-Stampf daneben geben und servieren.

Rezept: Harry Grötz

Quelle: Die Küchenschlacht vom 5. Dezember 2016

Episode: Adventliches Leibgericht