

# Lecker im Ländle

Folge 3:

## **Knusprige Entenbrust mit karamellisiertem Rotkraut und Kartoffelgratin**

**Menge:** 4 Portionen

### **Zutaten „Knusprige Entenbrust“**

4 weibliche Entenbrüste  
1 EL Rapsöl  
0,2l Rotwein  
1 Glas Entenfond (es geht auch Geflügelfond)  
50g kalte Butter

### **Zutaten „Karamellisiertes Rotkraut“**

1 kleiner Kopf Rotkraut  
4 rote Pflaumen (es gehen auch Zwetschgen)  
1 kleines Stück Ingwer  
3 Schlotten  
1 bis 2 Chilischoten (je nach Schärfe)  
1 EL Rapsöl  
50g Butter  
2 EL Zucker  
0,1l Sojasauce

### **Zutaten „Kartoffelgratin“**

500g Sahne  
1 Zweig Thymian  
1 kleiner Zweig Rosmarin  
1 Knoblauchzehe zerdrückt  
800g Kartoffeln  
Salz  
Pfeffer  
Muskatnuss  
1 TL Butter  
100g Parmesan gerieben

## Zubereitung

### Knusprige Entenbrust

4 weibliche Entenbrüste	Sauber putzen und im Karomuster die Fettseite einritzen.
1 EL Rapsöl	Rapsöl in die Pfanne geben, Entenbrust mit der Hautseite in die kalte Pfanne legen und den Herd auf mittlere Stufe schalten.
Backofen Ober/Unterhitze 160°C	Entenbrust so lange braten bis die Haut schön knusprig ist, umdrehen und im Ofen weitergaren bis zu 60°C Kerntemperatur (mit Fühler). Die Entenbrust sollte noch rosa sein.
0,2l Rotwein	Den Bratenansatz in der Pfanne ablöschen.
1 Glas Entenfond (es geht auch Geflügelfond)	In die Pfanne geben und zusammen um 2/3 einreduzieren.
50g kalte Butter	Kurz vor dem Servieren die Butter mit einem Schneebesen in die Sauce einmontieren.

### Karamellisiertes Rotkraut

1 kleiner Kopf Rotkraut	In feine Streifen hobeln oder schneiden.
4 rote Pflaumen (es gehen auch Zwetschgen)	Waschen, entkernen und in kleine Ecken schneiden.
1 kleine Stück Ingwer 3 Schalotten 1 bis 2 Chillischoten (je nach Schärfe)	Schälen und in feine Streifen schneiden.
2 EL Rapsöl	In einer Pfanne leicht erhitzen und Ingwer, Pflaumen, Schalotten und Chili leicht anschwanken, dann das fein geschnittene Rotkraut zugeben.
50g Butter 1 EL Zucker	Zugeben und das Rotkraut schön in der Pfanne karamellisieren.
0,1l Sojasauce	Mit der Sojasauce ablöschen und das Rotkraut leicht nachziehen lassen. Es sollte noch einen leichten Biss haben und nicht verkochen. Das Rotkraut sollte einen schönen Glanz haben, der durch die Butter entsteht.

## Kartoffelgratin

500g Sahne 1 Zweig Thymian 1 kleiner Zweig Rosmarin 1 Knoblauchzehe zerdrückt	Die Sahne mit den anderen Zutaten aufkochen und am Herd ca. 5 Minuten ziehen lassen.
800g Kartoffeln Salz, Pfeffer, Muskatnuss	Schälen und in feine Scheiben hobeln. Die Scheiben mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen.
1 TL Butter	Förmchen mit der Butter gut ausfetten, Kartoffelscheiben sauber einlegen und aufpassen, dass nicht zu viele Hohlräume entstehen.
	Die Sahne passieren (absieben) und über die Kartoffelscheiben gießen bis die Förmchen $\frac{3}{4}$ voll sind.
100g Parmesan gerieben	Die Förmchen gut mit Parmesan bedecken.
Backofen Umluft 220°C vorgeheizt	Die Gratins im Ofen auf der mittleren Schiene ca. 20 Minuten garen. Dann sind sie fertig zum Servieren.

## Anrichten

Rotkraut	Auf dem Teller anrichten.
Entenbrust	Aufschneiden oder halbieren und neben dem Rotkraut anrichten.
Kartoffelgratin	Entweder in der Form auf einem kleinen Teller servieren oder aus der Form holen und mit auf dem Teller anrichten.
Sauce	Die Sauce auf dem Teller drapieren. Bitte nicht über die Entenbrust geben!

## Profi-Tipp

Kartoffelgratin	Dies kann natürlich auch in einer Auflaufform gemacht werden. Dadurch erhöht sich aber die Garzeit auf ca. 1 Stunde. Tipp: die erste halbe Stunde die Form mit Alufolie abdecken, damit es nicht zu dunkel wird.
Weibliche Entenbrüste	Sind kleiner und zarter im Geschmack als männliche Entenbrüste.
Rotkraut	Die Schärfe bestimmen Sie durch die Menge der Chilischoten. Der Ingwer sollte nur leicht rausschmecken. Zu viel Ingwer macht das Gericht etwas seifig. Hier zählt die Devise „weniger ist mehr“.

**Ich wünsche Ihnen viel Erfolg beim Nachkochen.**

**Clemens Clement**