

Knusprige Ente aus dem Ofen mit schneller Soße

Zutaten für die Ente (für 4 Personen):

- 2 kleine Barbarie-Enten
- 1 kg einfaches Salz
- 10 l Wasser
- 2 Boskop-Äpfel
- 2 Bio-Orangen
- 4 Zwiebeln
- 1 Bund Thymian
- 100 g Rosinen
- Meersalz
- Schwarzer Pfeffer
- Olivenöl
- zum Bestreichen: Akazien-Honig

Salz und Wasser vermengen. Die Enten in das Salzwasser legen und über Nacht an einen kühlen Ort stellen. Kurz vor der Zubereitung aus dem Salzwasser nehmen und innen und außen gut trocknen. Ofen auf 200 Grad vorheizen und ein Backblech mit etwas Wasser auf die unterste Schiene stellen.

Große Fettteile am Korpus entfernen. Die Enten innen mit Pfeffer bestreuen. Ungeschälte Orangen, Äpfel und Zwiebeln in Stücke schneiden und mit gezupften Thymianblättern vermengen. Die Früchte-Zwiebelmasse in den Bauch der Enten füllen. Die Öffnung mit Zahnstochern verschließen, dann wie folgt binden: Zuerst die beiden Keulenden miteinander verschnüren. Die Fäden entlang der Keulen zum Brustbereich führen und die Flügel am Korpus fixieren.

Die Enten rundum mit etwas Pfeffer bestreuen, dann auf einen Gitterrost legen und zunächst 1 Stunde bei 200 Grad braten, dann die Hitze auf 180 Grad reduzieren. Je nach Größe sind die Enten nach 30-45 Minuten gar und knusprig. Auf jeden Fall sind sie fertig gebraten, wenn sich die Keulen leicht lösen lassen und beim Einstechen kein roter Fleischsaft mehr austritt. Falls die Haut noch nicht ausreichend kross ist, zum Schluss den Grill anschalten und die Ente mit etwas Honig bestreichen. Dabei unbedingt aufpassen, denn der Honig auf der Haut wird schnell dunkel und verbrennt.

Zutaten für eine schnelle Soße:

- 500 ml Enten- oder Geflügelfond
- 250 ml Orangensaft
- 1 Bio-Orange
- einige Zweige Thymian
- 1 EL eiskalte Butter-Würfel
- Salz

Entenfond mit der abgeriebenen Orangenschale und den Thymianzweigen in einen Topf geben und um die Hälfte reduzieren. Den Orangensaft separat ebenfalls reduzieren, bis nur noch wenige Esslöffel Flüssigkeit übrig sind. Den reduzierten Orangensaft zum Fond geben. Zum Schluss die eiskalte Butter einrühren und die Soße mit Salz abschmecken.

Sendung/Quelle: DAS! Kochstudio

Sendetermin: 04.11.2023

Koch/Köchin: Rainer Sass

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen