

Entenkeulen mit Kartoffel-Möhren-Gemüse

Zutaten (für 4 Personen):

- 4 Entenkeulen
- 750 g Kartoffeln
- 500 g Möhren
- 1 l Hühnerbrühe
- 1 Sternanis
- 1 Zweig Rosmarin
- 1 kleine Chilischote
- 2 cm Ingwer
- 2 EL Butterschmalz
- 4 Olivenöl
- 1 Prise Salz

Entenkeulen säubern und leicht salzen. Kartoffeln und Möhren schälen und in Scheiben hobeln.

Ingwer schälen, Chilischote entkernen, Rosmarinnadeln vom Stiel zupfen. Die vorbereiteten Gewürze zunächst grob zerkleinern, dann in einen Mörser geben. Den Sternanis und etwas Olivenöl dazugeben und alles zu einer dicklichen Masse verarbeiten.

Butterschmalz und Olivenöl in einem geräumigen Bräter erhitzen und die Entenkeulen goldbraun darin anbraten. Aus dem Bräter nehmen, Kartoffeln und Möhren hineingeben und ebenfalls etwas bräunen. 2 Kellen Brühe dazugeben, dann die Gewürzmasse und etwas Salz untermengen.

Die Keulen auf das Gemüse legen und alles mindestens 1 Stunde schmoren lassen. Immer wieder etwas Brühe hinzufügen, damit nichts anbrennt. Das Gemüse sollte in der Brühe nicht kochen, sondern nur schmoren. Wer mag, kann die Keulen und das Gemüse auch im Ofen bei 180 Grad zu Ende garen.

Das Fleisch ist gar, wenn es sich leicht vom Knochen löst und kein roter Fleischsaft mehr austritt.

Die Keulen am Gelenk teilen und je mit 1 Portion Gemüse servieren.

Sendung/Quelle: Sass: So isst der Norden

Sendetermin: 02.07.2023

Koch/Köchin: Rainer Sass

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