

Entenbrust mit Kichererbsen-Püree und Orangen

Zutaten für die Entenbrust (für 4 Personen):

- 4 (à 180 g) Entenbrüste
- Pfeffer
- Salz
- Rapsöl
- 3 Zweige Thymian
- 2 Zweige Rosmarin
- 2 Zimtstangen
- 3 Sternanis
- 4 Kapseln Kardamom
- 1 rote Chili-Schote
- 2 Orangen
- kalte Butterwürfel
- Speisestärke
- 200 ml Kalbsfond

Den Ofen auf 135 Grad (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Die Entenbrüste abbrausen, trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen. In heißem Rapsöl mit Thymian und Rosmarin kräftig anbraten. Die Brüste aus der Pfanne nehmen, auf ein Backblech legen und im heißen Ofen in etwa 15 Minuten rosa garen (63 Grad Kerntemperatur).

Die Kardamom-Kapseln andrücken. Die Chili-Schote längs halbieren. Die Orangen auspressen. Etwas Speisestärke mit wenig Wasser anrühren.

Den Bratensaft in der Pfanne mit Orangensaft ablöschen, Zimtstangen, Sternanis, Kardamom, Chili und Kalbsfond hinzufügen und alles auf die gewünschte Konsistenz einkochen lassen. Danach die Soße mit etwas angerührter Speisestärke leicht binden und die Butterwürfel Stück für Stück unterrühren. Die Soße durch ein feines Sieb passieren und nochmals mit Salz abschmecken.

Zutaten für das Kichererbsen-Püree:

- 500 g (aus der Dose) Kichererbsen
- 150 g Geflügelfond
- Salz
- 2 EL Tahin
- 6 EL Olivenöl
- 1 Zehe Knoblauch
- Cayenne-Pfeffer
- 0,5 Zitrone
- 2 Orangen
- 2 EL Korianderblättchen

Knoblauch abziehen und hacken, Zitrone auspressen, Korianderblättchen hacken.

Die Kichererbsen unter fließendem Wasser abspülen und im Geflügelfond erwärmen. Zwei Drittel der Kichererbsen zusammen mit Tahin, Knoblauch und etwa zwei Dritteln des Fonds und des Olivenöls in einen hohen Becher geben und mit einem Stabmixer sehr fein pürieren. Das Püree mit Salz, Cayenne-Pfeffer und etwas Zitronensaft würzig abschmecken.

Die Orangen schälen und in Scheiben schneiden. Diese nochmals halbieren und mit den restlichen Kichererbsen, dem restlichen Olivenöl und dem Koriander mischen.

Anrichten:

Die Entenbrüste aus dem Ofen nehmen und etwas ruhen lassen, danach in Scheiben schneiden.

Das Kichererbsen-Püree auf vorgewärmte Teller geben, darauf jeweils etwas Kichererbsen-Orangen-Salat und die Entenbrust-Scheiben anrichten und mit Soße umgießen.

Sendung/Quelle: Schleswig-Holstein Magazin

Sendetermin: 13.10.2022

Koch/Köchin: Dirk Luther

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