

# Weihnachtsente mit gelbem Bohnensalat

## Zutaten für den Bohnensalat (für 4 Personen):

- 2 Gläser Wachsbrechbohnen
- 250 ml Kochsahne
- Salz
- 1 TL Zucker
- Pfeffer
- 1 Spritzer Essig
- 1 Spritzer Zitronensaft
- 3 TL (aus dem Glas) Kapern
- 1 Zwiebel

Bohnenwasser aus dem Glas abgießen und die Bohnen unter warmem Wasser abwaschen. Sahne, Salz, Zucker, Pfeffer, Essig und Zitronensaft in einem Gefäß verrühren. Das Sahnegemisch sollte süßlich nach Zucker und gleichzeitig sauer nach Essig und Zitrone schmecken. Kapern und Bohnen unterheben. Zwiebel schälen, klein würfeln und dazugeben. Mindestens 1 Stunde, besser sogar über Nacht im Kühlschrank durchziehen lassen.

## Zutaten für die Ente:

- 1 küchenfertige Ente
- 10 EL Trockenobst
- 1 Apfel
- 2 Möhren
- 2 Zwiebeln
- Salz
- Pfeffer
- nach Belieben: Kräuter
- 100 ml Wasser

Apfel putzen und in kleine Stücke schneiden, Zwiebeln schälen und grob hacken. Die Hälfte der Zwiebeln mit der Hälfte des Backobstes und dem Wasser in einer Pfanne köcheln lassen, bis das Obst das Wasser aufgenommen hat.

Ente ohne Innereien gründlich waschen. Mit Salz und Pfeffer von außen und innen bestreuen und einmassieren. Nach Belieben hierfür auch Kräuter wie Majoran oder Rosmarin verwenden. Das aufgequollene Obst in die Ente füllen, die Öffnung mit einem Rouladenspieß verschließen.

Mit der Brust nach unten in einen Bräter legen. Möhren vierteln, mit den restlichen Zwiebeln und dem restlichen Trockenobst in den Bräter neben die Ente legen. Etwas Wasser in den Bräter füllen, mit einem Deckel verschließen und bei 180 Grad (Ober-/Unterhitze) im Backofen garen. Immer wieder mit Wasser übergießen.

Nach etwa 1.5 Stunden die Temperatur auf 130 Grad reduzieren. Die Ente ist gar, wenn sich die Knochen leicht vom Körper trennen lassen und sich die Haut ablöst. Wer es knusprig mag, kann zum Ende der Garzeit den Deckel abnehmen.

## Zutaten für die Soße:

- 50 g Butter
- 30 g Kartoffelmehl

Butter in einem Topf erhitzen, Kartoffelmehl dazugeben und verrühren. Den Fond der Ente durch ein Sieb geben und hinzugeben. Sollte die Konsistenz der Soße zu fest sein, mit etwas Kartoffelwasser verdünnen.

Als Beilage eignen sich Kartoffeln oder Klöße.

Sendung/Quelle: Nordmagazin

Sendetermin: 22.12.2022

Koch/Köchin: Tina Preuß

Weitere Rezepte und Tipps auf: [www.ndr.de/kochen](http://www.ndr.de/kochen)