

Geröstete Ente mit Grünkohl, Quitten und Süßkartoffeln

Zutaten für die Ente (für 4 Personen):

- 1 küchenfertige (ca. 2-2,4 kg) Ente
- 2 EL Olivenöl
- Salz

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen. Die Ente innen und außen unter kaltem Wasser abspülen, trocken tupfen. Mit Öl einreiben, rundum kräftig salzen. Die Ente in einen Bräter setzen, 200 Milliliter heißes, leicht gesalzenes Wasser angießen. 80 Minuten im Ofen garen, dabei immer wieder mit dem Wasser und später mit der entstandenen Fett-Wasser-Mischung bestreichen.

Zutaten für den Grünkohl:

- 1 kg geputzter Grünkohl
- 1 Zwiebel
- 2 EL Öl
- Salz und Pfeffer
- 1 Prise Zucker
- 100 ml Weißwein
- 250 ml Gemüsebrühe
- 40 g Butter

Während die Ente gart, den Grünkohl gründlich in warmem Wasser waschen. Anschließend portionsweise in kochendem Salzwasser zwei Minuten kochen, herausnehmen und mit kaltem Wasser abschrecken. Beim sogenannten Blanchieren verliert der Kohl letzte Bitterstoffe und wird nochmals von feinsten Sandrückständen gereinigt. Den blanchierten Kohl trocken ausdrücken. Die Zwiebel fein würfeln. Öl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebel und Grünkohl darin kurz andünsten, mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Mit Weißwein ablöschen und eine Minute kochen. Die Brühe dazugeben und zehn bis zwölf Minuten offen schmoren. Die Butter unterrühren, aufkochen und warm stellen.

Zutaten für Quitten und Süßkartoffeln:

- 600 g kleinere Quitten
- 4 EL Zitronensaft
- 40 g brauner Zucker
- 400 ml Apfelsaft
- 4 Zweige Thymian
- alternativ: ½ TL getrockneter Thymian
- 50 g Butter
- Salz
- aus der Mühle: Pfeffer
- 600 g kleinere Süßkartoffeln

Die Quitten schälen, halbieren, entkernen und in dünne Spalten schneiden. Bereits geschnittene Spalten in Wasser mit Zitronensaft einlegen. Braunen Zucker in einer Pfanne schmelzen, die Spalten hineingeben und mit Apfelsaft auffüllen. Aufkochen und zehn Minuten offen schmoren. Thymianblättchen abstreifen und mit 40 Gramm Butter unterrühren. Das Quittengemüse mit Salz und Pfeffer würzen und warm stellen. Die Süßkartoffeln schälen und in dicke Scheiben schneiden. In Salzwasser circa fünf Minuten gar kochen. Abgießen, mit der restlichen Butter mischen, salzen und warm stellen.

Zum Schluss:

Nach Ende der Garzeit die Ente bei Bedarf nochmals wenige Minuten bei 200 Grad Oberhitze nachbräunen. Dann den Ofen ausschalten und die Ente bei halb geöffneter Ofentür weitere zehn Minuten ruhen lassen. Mit Grünkohl, Quitten und Süßkartoffeln servieren. Statt Grünkohl schmeckt auch Rotkraut sehr gut zur Ente.

Tipp zur Zubereitung von Grünkohl:

Stundenlang simmert Grünkohl für gewöhnlich auf dem Herd, zerfällt dabei weich und wird grau. Doch Grünkohl schmeckt auch kurz gegart. Mit leichtem Biss vorblanchiert und dann nur um die zehn Minuten geschmort, in Weißwein und Butter geschwenkt, offenbart das Wintergemüse ganz neue Seiten: Das pfeffrige Aroma des Kohls kommt voll zur Geltung.

Sendung/Quelle: NDR Kultur

Letzter Sendetermin: 19.12.2016

Koch/Köchin: Stevan Paul

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