

# Entenbrust mit Mango-Chili-Dip

## Zutaten für die Ente (für 4 Personen):

- 4 Entenbrustfilets
- Pfeffer
- Salz
- Butterschmalz
- Olivenöl
- 1 Zehe Knoblauch
- 1 Schalotte
- 2 Zweige Thymian
- 2 Zweige Rosmarin

Die Häute der Entenbrüste rautenförmig einritzen, salzen und pfeffern. Etwas Öl und Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Entenbrüste auf der Hautseite einige Minuten anbraten. Dabei den angedrückten Knoblauch, die halbierte Schalotte und die Kräuter mit in die Pfanne geben. Die Entenbrüste erst wenden, wenn die Haut schön braun und bereits etwas knusprig ist.

Die Hitze reduzieren und die Entenbrüste weitere 6-8 Minuten braten. Dabei immer wieder mit dem Bratfett begießen. Die Entenbrust sollte nicht durchgebraten, sondern im Kern noch saftig und etwas rosa sein.

## Zutaten für den Dip:

- 2 reife Mangos
- 1 frische Chili-Schote
- 3 EL Olivenöl
- 1 Limette
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Zucker

Die Mangos schälen und das Fruchtfleisch vom Kern lösen. Chili entkernen und in kleine Würfel schneiden. Mango-Fleisch, Chili und Olivenöl in einen Becher geben und pürieren. Mit Limettensaft, Salz und Zucker abschmecken und zu den Entenbrüsten servieren.

Sendung/Quelle: Sass: So isst der Norden

Sendetermin: 28.03.2021

Koch/Köchin: Rainer Sass

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