

## Ofen-Ente mit Maronen, Rotkohl und Knödeln

### Zutaten für Ente und Soße (für 4 Personen):

- 1 Ente
- 3 Sternanis
- 2 Stangen Zimt
- 2 Zehen Knoblauch
- 2 Zwiebeln
- 2 EL Tomatenmark
- 2 Karotten
- 2 Pastinaken
- etwas Glühwein
- etwas Brühe
- etwas Hühner- oder andere Brühe
- Soßenbinder
- etwas Entenfett
- 3-4 EL Zucker oder Honig
- 50 g Butter
- etwas Bier
- etwas Orangensaft
- Salz

Die Ente zerlegen, Keulen einzeln abtrennen und die Keulen im Gelenk halbieren. Keulen mit 3 Sternanis, 2 Stangen Zimt, 2 klein geschnittenen Knoblauchzehen und 2 klein geschnittenen Zwiebeln zusammen mit Gänseschmalz in eine Auflaufform geben. Bei 160 Grad je nach Größe 60-90 Minuten im Ofen garen.

Von der restlichen Ente die Brust und die untere Karkasse abtrennen. Die Brust würzen und mit einem Teil der Karkasse bei 160 Grad auf einen Ofenrost geben. Unter die Brust ein Blech stellen, um den Saft aufzufangen. Darin die restlichen zerhackten Karkassen mitrösten.

Die gerösteten Karkassen in einen Topf geben, mit 2 EL Tomatenmark anschwitzen und anschließend mit 2 klein geschnittenen Zwiebeln, 2 gewürfelten Karotten und 2 Pastinaken weiter anschwitzen. Mit Glühwein ablöschen, einkochen und etwas (Hühner-)Brühe hinzugeben.

Das Ganze circa 1 Stunde kochen lassen. Den Fond abpassieren, etwas einkochen und nach Bedarf mit Soßenbinder binden. Mit etwas Entenfett aufmixen.

Für die Entenglasur einen Karamell herstellen: Zucker oder Honig erhitzen, mit etwas Bier und Orangensaft ablöschen. Butter, 2-3 Prisen Salz dazugeben und einkochen lassen. Kurz vor dem Servieren die Ententeile zweimal mit der Glasur einstreichen.

### Zutaten für den Rotkohl:

- 1 Rotkohl
- 4 Zwiebeln
- etwas Gänseschmalz
- 50 ml Essig
- 100 ml Rotwein
- etwas gemahlener Zimt

- Kurkuma
- 2 Nelken
- 2 Lorbeerblätter
- 1 Stück Ingwer
- Wacholder
- 3 Sternanis
- Marmelade
- Honig
- Olivenöl
- etwas Apfelsaft
- Salz
- Pfeffer

Rotkohl in schmale Streifen schneiden. 4 klein geschnittene Zwiebeln in einem Topf in etwas Gänseschmalz anschwitzen.

In der Zwischenzeit den Rotkohl mit Essig, Rotwein, 1 Prise Zimt, Kurkuma, Nelken, Lorbeer, Ingwer, etwas Wacholder und Sternanis (entweder alles mörsern oder in ein Gewürzsäckchen geben) marinieren. Etwas Marmelade, Honig, Olivenöl sowie einen Schuss Apfelsaft hinzugeben. Den Rotkohl mit den Händen (am besten mit Handschuhen) gut durchkneten, bis er etwas weicher wird.

Den marinierten Rotkohl auf die angeschwitzten Zwiebeln in den Topf geben und durchkochen lassen. Etwas salzen und pfeffern und je nach Geschmack mit Ingwer abrunden.

#### Zutaten für die Maronen:

- 250 g Maronen
- Zucker
- Orangensaft
- Essig
- 100 g Butter
- Zimt
- Sternanis

Zunächst einen Karamell herstellen: 3-4 EL Zucker in einem Topf erhitzen und mit Orangensaft und etwas Essig ablöschen. Einkochen, dann mit 100 g Butter aufmischen. Die Maronen dazugeben, kurz durchziehen lassen und ein bisschen Zimt und Sternanis hinzugeben.

#### Zutaten für die Kartoffel-Knödel:

- 1 kg Kartoffeln
- 200 g Stärke
- 4 Eigelbe
- 75 g Butter
- Muskat
- Salz
- Pfeffer

Kartoffeln mit Schale kochen. Pellen und durch eine Presse geben, kurz auskühlen lassen.

Butter in eine Pfanne geben und leicht bräunen.

120 g Stärke, Eigelb, braune Butter, etwas Muskat, Salz und Pfeffer dazugeben. Die Masse zu einem Teig kneten und anschließend kleine Knödel rollen. Kurz ruhen lassen.

Leicht gesalzenes Wasser zum Kochen bringen und mit etwas angerührter Speisestärke abbinden, damit die Knödel nicht so leicht zerfallen. Knödel ins Wasser geben. Warten, bis sie aufschwimmen und dann etwa 5 Minuten ziehen lassen.

#### Zutaten für den Rosenkohl:

- 500 g Rosenkohl
- 3 Schalotten
- 1 TL Butter
- Zucker oder Honig
- Salz
- Pfeffer

Strunk vom Rosenkohl herausschneiden, die einzelnen Köpfe entblättern und den Rosenkohl mit 3 gewürfelten Schalotten anschwitzen. Mit etwas Salz, Pfeffer, 1 Prise Zucker oder Honig und 1 TL Butter würzen.

Sendung/Quelle: Iss besser!

Letzter Sendetermin: 15.12.2018

Koch/Köchin: Tarik Rose

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