

Gebratene Entenbrust mit Macadamia-Nüssen

Zutaten (für 6 Personen):

- 18 Macadamia-Nüsse
- 3 (à 160-180 g, mit Haut) Barbarie-Entenbrüste
- Salz
- 2 Zweige Rosmarin
- 1 EL Butter
- 3-4 EL Ahornsirup
- 1-2 EL Aceto balsamico

Die Nüsse in eine Auflaufform geben und im auf 160 Grad vorgeheizten Backofen (Ober-/Unterhitze) etwa zwölf Minuten braun rösten. Aus dem Ofen nehmen und beiseitestellen.

Die Haut der Entenbrüste mit einem scharfen Messer rautenförmig einritzen. Dabei darauf achten, nicht in das Fleisch zu schneiden. Die Entenbrüste beidseitig salzen, mit der Haut nach unten in eine kalte beschichtete Pfanne legen und diese auf den Herd stellen. Langsam auf drei Viertel der möglichen Temperatur erhitzen und die Entenbrüste anbraten. Sobald die Haut leicht gebräunt ist, wenden und auf der Fleischseite ebenfalls kurz anbraten.

Die rundum angebratenen Entenbrüste mit der Hautseite nach oben auf ein Backgitter legen und im auf 100 Grad vorgeheizten Backofen (Ober-/Unterhitze) 30 Minuten rosa garen. Dabei sollte die Kerntemperatur des Fleisches 58 Grad erreichen (am besten mit einem Bratenthermometer prüfen!).

Die gebratenen Entenbrüste aus dem Ofen nehmen, wieder mit der Hautseite nach unten in eine kalte beschichtete Pfanne legen und erneut langsam auf drei Viertel der möglichen Temperatur erhitzen. Sobald die Haut braun und knusprig ist, die Entenbrüste wenden.

Die Rosmarinnadeln von den Zweigen zupfen. Die Butter in die Pfanne geben und aufschäumen. Die Rosmarinnadeln hinzufügen. Die Entenbrüste in der Rosmarinbutter aromatisieren. Dabei keine Butter über die Entenhaut träufeln, da diese dadurch weich werden würde. Die Pfanne vom Herd nehmen und die Entenbrüste darin fünf Minuten ziehen lassen. Die Entenbrüste anschließend auf Küchenkrepp abtropfen und fünf bis zehn Minuten ruhen lassen.

Währenddessen den Ahornsirup mit drei Esslöffeln Wasser in einen kleinen Topf geben. Die gerösteten Macadamia-Nüsse hinzufügen und die Flüssigkeit unter gelegentlichem Rühren drei bis fünf Minuten einkochen, bis sie dicke Blasen wirft. Den Sirup mit einer Prise Salz abschmecken, den Topf vom Herd nehmen und den Aceto balsamico in den Sirup rühren.

Anrichten:

Entenbrüste in Tranchen schneiden und auf sechs kleine, vorgewärmte Teller verteilen. Die knusprig gebratenen Rosmarinnadeln um das Fleisch streuen. Je drei glasierte Macadamia-Nüsse dazusetzen und etwas Ahornsirup um die Nüsse träufeln.

Sendung/Quelle: NDR 1 Niedersachsen

Letzter Sendetermin: 05.12.2012

Koch/Köchin: Alexander Herrmann

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