

03-Barbarie-Entenbrust mit Himbeer-Granatapfel-Sauce



Zutaten

700 g Entenbrust (Barbarie)
200 g Himbeeren
1 Granatapfel
300 ml Rotwein
100 ml Geflügelbrühe von
Zucker, Salz und Pfeffer

Die Entenbrust auf der Hautseite kreuzweise einschneiden und in einer Pfanne das Fett der Ente »schmelzen« lassen. Dann von der Fleischseite 3 – 4 Minuten anbraten. Die Entenbrust anschließend bei 120 °C etwa 15 – 20 Minuten im Ofen ziehen lassen.

Nun den Granatapfel entkernen, dazu die Schale mit einem Messer einschneiden, als würden sie ihn halbieren wollen, bis Widerstand zu spüren ist, an beiden Enden fassen und entgegengesetzt über einem Auffanggefäß aufdrehen. Durch Klopfen auf der Rückseite die Kerne entnehmen (ggf. vorsichtig mit den Fingern nachhelfen).

Die Pfanne mit dem Bratfett der Ente wird nun noch einmal erhitzt. Eine Prise Zucker hinzugeben und leicht karamellisieren, dann mit dem Rotwein ablöschen und mit der Geflügelbrühe und dem restlichen Rotwein auffüllen. Etwa 5 Minuten leicht köcheln lassen, die Himbeeren hinzugeben und pürieren. Im Anschluss die Granatapfelkerne zufügen und mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken.

Schneiden Sie die Entenbrust nun in ca. 0,5 cm dünne Scheiben und richten diese als Fächer auf den Tellern an. Die Himbeer-Granatapfel-Sauce kann nun zu ihrer Erfüllung finden. Unser Tipp: Als Beilage passt ein wilder Mischreis.