Zarte Entenbrust auf buntem Salat

Mit einer zarten Entenbrust auf buntem Salat werden selbst Fleischliebhaber zu Salatfreunden. Das leckere Rezept schmeckt nicht nur im Sommer!

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 40 min

Koch/Backzeit: 50 min

Gesamtzeit: 1,5 h

Zutaten

2 Stk.	Entenbrust
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer
1 Schuss	Crema di Balsamico
600 g	Blattsalat
100 g	Pistazien (geröstet und gesalzen)

Für das Dressing

1 EL	Balsamico Bianco
2 EL	Rinderbrühe
2 EL	Walnussöl
1 EL	Kürbiskernöl
1 TL	Senf (mittelscharf)
1 Prise	Zucker
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer

Zubereitung

1. Um der zarten Entenbrust auf buntem Salat eine unvergleichbare knusprige Haut zu zaubern, müssen die Entenbrüste in eine kalte, beschichtete Pfanne gelegt werden. Die Haut darf hier

nicht eingeschnitten werden! Erst dann die Pfanne erhitzen. Nach ungefähr 15 Minuten auf mittlerer Hitze ist das Fett ausgebraten. Nun die Ente wenden und abermals 3 Minuten braten und diese circa 30 Minuten in dem auf 80°C vorgeheizten Backofen geben. In dieser Ruhephase kann sich der Saft voll entfalten.

2. In dieser Zeit den Blattsalat waschen und in Mund große Stücke teilen. Mittels einer Salatschleuder trocken schleudern und in eine Schüssel geben. Für das Salatdressing Balsamico Bianco mit Walnussöl, Kürbiskernöl, mittelscharfen Senf, Rinderbrühe, Zucker, Salz und Pfeffer zusammenmischen und über den Salat gießen und gut durchmengen.

3. Zum Servieren den Salat auf Tellern anrichten. Die fertige Entenbrust in dünne, schräge Streifen schneiden und dekorativ auf dem Salat verteilen. Zum Garnieren die Crema di Balsamico liebevoll, aber dennoch großzügig über den Salat geben und mit frischem Pfeffer aus der Mühle und den gerösteten und gesalzenen Pistazien bestreuen. Am besten gleich servieren, sodass die Entenbrust noch warm ist.

Tipp

Leckere zarte Entenbrust auf buntem Salat schmeckt auch sehr lecker, wenn man Senf extra stark nutzt. Das Ganze ist dann ein wenig kräftiger.