

Barbarie-Entenbrust

Dieses Rezept für Barbarie-Entenbrust ist eine perfekte Wahl für ein festliches Essen. Mit zartem Fleisch und einer aromatischen Rotweinsauce wird dieses Gericht begeistern.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 35 min

Gesamtzeit: 50 min



Zutaten

für die Entenbrust

1 Stk.	Entenbrust (ca. 350-400 g)
1 Prise	Salz
1 TL	Honig
1 TL	Sojasauce

für die Rotweinsauce

1 Stk.	Schalotte
1 Stk.	Knoblauchzehe
1 EL	Butter
1 TL	Rohrzucker
200 ml	Rotwein (trocken)
400 ml	Hühnerbrühe
2 Zweige	Thymian
2 Zweige	Rosmarin
1 TL	Speisestärke
1 Prise	Salz
	Pfeffer (aus der Mühle)

Zubereitung

1. Für die zarte **Barbarie-Entenbrust** den Backofen auf 140 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Fleisch unter kaltem Wasser abspülen, gründlich trocken tupfen und die Hautseite mit einem scharfen Messer rautenförmig einschneiden, ohne ins Fleisch zu schneiden. Die Entenbrüste großzügig mit Salz einreiben.
2. In einer kalten Pfanne mit der Hautseite nach unten platzieren und bei mittlerer Hitze ca. 4 Minuten anbraten, bis die Haut goldbraun und knusprig ist. Das ausgetretene Fett abgießen, die Entenbrust wenden und eine weitere Minute auf der Fleischseite anbraten.
3. Jetzt die Sojasauce und Honig in einer kleinen Schüssel verrühren. Die Entenbrüste mit der Mischung bestreichen und auf ein Gitter legen. Im vorgeheizten Backofen ca. 25 Minuten garen. Nutze ein Fleischthermometer: 62-64 °C Kerntemperatur sorgt für ein rosa Ergebnis.
4. In der Zwischenzeit die Schalotte und Knoblauch schälen und fein hacken. Die Butter in der Pfanne zerlassen, Bratensatz lösen und die Schalotten- und Knoblauchwürfel darin glasig anschwitzen. Rohrzucker hinzugeben, leicht karamellisieren lassen und mit Rotwein ablöschen. Die Geflügelbrühe, Thymian- und Rosmarinzwige hinzufügen und die Sauce bei mittlerer Hitze einkochen, bis sie sämig wird. Die Kräuter entfernen, Speisestärke mit 1 EL kaltem Wasser anrühren, in die Sauce geben und unter Rühren aufkochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
5. Die Barbarie-Entenbrust aus dem Ofen nehmen, 3 Minuten ruhen lassen, mit Pfeffer würzen und in dünne Scheiben schneiden.
Die Rotweinsauce darüber träufeln oder separat in einer Sauciere reichen.

Unsere Empfehlung

[hier bestellen](#)

ThermoPro TP16

Digitales Bratenthermometer



Tipp

Als Beilage ein cremiges Kartoffelpüree und in Butter geschwenkten Rosenkohl oder Brokkoli servieren. Dazu einen frischen Vogelsalat reichen.