Entenbrust mit Orangensauce

Die feine Entenbrust mit Orangensauce ist ein kulinarischer Genuss, der mit diesem Rezept leicht gelingt.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 10 min

Koch/Backzeit: 20 min

Gesamtzeit: 30 min



Zutaten

4 Stk.	Entenbrust
80 g	Zucker
2 Stk.	Orangen (den Saft und die Schale davon)
20 ml	Essig
1 EL	Öl
300 ml	Gemüsebrühe

Zubereitung

1. Für die Entenbrust mit Orangensauce zuerst das Backrohr auf 200 Grad vorheizen. Das Öl in einer hitzefesten Pfanne bei hoher Temperatur erhitzen. Die Entenbrüste in die Pfanne legen (Fettseite nach unten) und etwa 4 Minuten goldbraun anbraten, einmal wenden und weitere 2 Minuten braten. Anschließend die Pfanne vom Herd nehmen und für 8 bis 10 Minuten in den Ofen stellen.

2. Die Pfanne aus dem Ofen nehmen, die Entenbrüste herausheben und auf einen Teller setzen, mit Alufolie abdecken. In der Zwischenzeit eine weitere Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen. Den Zucker gleichmäßig verteilen und karamellisieren lassen, dabei die Pfanne leicht schwenken. Pfanne vom Herd nehmen, mit Essig und Orangensaft ablöschen und umrühren.

3. Die Pfanne wieder auf den Herd stellen und die Sauce für einige Minuten köcheln lassen. Dann die Gemüsebrühe zufügen und noch einige Minuten einkochen lassen. Zum Schluss den Schalenabrieb der Orange zufügen, mit Pfeffer aus der Mühle und Salz abschmecken. Die Entenbrüste in Scheiben schneiden und mit der Sauce auf vorgewärmten Tellern anrichten.

Tipp

Zur Entenbrust mit Orangensauce passen viele Beilagen gut, zum Beispiel gedünstetes Gemüse jeder Art, Kartoffelbeilagen oder ein Salat.