

Entenbrust mit Mango und Zitronengras



für 2 Personen

Zubereitungszeit: 75 min

Fleisch: anbraten 4 min + 60 min im Ofen

Zutaten:

450 g Entenbrust

1 El Meersalzmischung "Fleur de sel"

1 El Chili-Honig

1 Schalotte, grob geschnitten

2 cm Ingwer, geschält und in Scheiben

Puderzucker

150 ml Weisswein

1 Stange Zitronengras

1 grüner Peperoncino, z.T. entkernt + grob geschnitten

2 El Entenglace (oder 100 ml Hühnerbrühe)

1/2 Tl Curry

30 g Butter für die Sauce (am Schluss)

1 Mango, nicht zu reif

2 El Butter

1 El Puderzucker

Korianderblättchen, gehackt

Zubereitung:

Den Backofen auf 80° vorheizen, Teller und eine Platte darin erwärmen. Schalotten fein hacken, Ingwer schälen und in feine Scheiben schneiden.

Das Fett der Entenbrust am Rand rundherum etwas abschneiden und in einer Pfanne auslassen. Die Entenbrust auf der Hautseite mit einem spitzen, scharfen Messer gitterförmig einritzen. Beide Seiten gut mit Meersalzmischung einreiben.

Die Entenbrust zuerst auf der Fettseite 2 min, dann auf der Fleischseite 1 min und auch auf allen Kanten insgesamt 1 min anbraten. Sofort auf die vorgewärmte Platte geben, Fettseite mit Honig bestreichen und im 80° heissen Ofen 60 min nachziehen lassen.

Zitronengras quer halbieren, vom unteren Teil noch 2 - 3 Blätter ablösen. Diesen Rest dann ganz fein hacken (ist zum Schluss die Garnitur) , alle anderen Teile kommen in die Sauce.

Vom Bratensatz das Fett vorsichtig abgiessen, die Schalotten mit dem Ingwer darin anschwitzen, den Zucker darüber streuen und leicht karamellisieren. Mit Weisswein ablöschen, Zitronengrasreste + Peperoncino sowie Entenglace zufügen und 10 min einkochen. Sauce in ein kleines Töpfchen absieben, Reste gut ausdrücken – es dürften gerade noch 4 El sein. Würzen mit Curry, warmhalten. ----- Die Pfanne nicht ausspülen.

Mango schälen, in Lamellen vom Stein schneiden. 5 min vor dem Anrichten beidseitig in heisser Butter goldbraun braten, einmal vorsichtig wenden, herausnehmen und warmhalten. In der Pfanne wird gleich noch die Entenbrust nachgebraten.

Nach 60 min Entenbrust aus dem Backofen nehmen, den Fleischsaft aus der Form in die Sauce geben, alles noch einmal aufkochen und die kalte Butter einschwenken. Die Sauce hat genug Würzung.