

Knusprige Entenbrust mit geröstetem Rosenkohl

Natürlich ist eine ganze Ente ein wunderschöner, klassischer Weihnachtsbraten. Aber heutzutage ist das mit den großen Braten ja so eine Sache – vor allem, wenn keine große Runde am Tisch sitzt, die alles auch verspeist. Deshalb ist es sehr praktisch, dass man die ausgelöste Entenbrust kaufen kann: so hat man das schiere, zarte Fleisch und braucht sich nicht mit Knochen rumzuplagen. Sie macht natürlich auch erheblich weniger Arbeit und ist schneller gar. Übrigens sind die Brüste von weiblichen Tieren kleiner, dafür erheblich zarter als die von männlichen Tieren.



Zutaten für 4 Personen:

- 2-3 ausgelöste Entenbrüste
- 2 EL Olivenöl
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Thymianzweige
- 2 Salbeizweiglein
- 1 Chilischote (nach Gusto mild oder scharf)

Würzmischung:

- 1 TL weiße Pfefferkörner
- 1 TL Pimentbeeren
- 1 TL Koriandersamen
- 1 TL dunkle (oder helle) Senfsaat
- ½ TL Zucker
- ¼ TL Salz

Für die Sauce:

- 3 EL Rotwein
- 2 EL Madeira oder Sherry
- 30-40 g Butter
- 1-2 Spritzer Balsam- und Himbeeressig
- Salz

Zubereitung:

- Die Haut mit der Fettschicht ziselieren, wie der Fachmann sagt: Mit einem scharfen Messer – am besten ist der Werkstatt-Cutter – mit eng nebeneinander gesetzten

Schnitten zuerst in eine Richtung einschneiden, dann um 90 Grad drehen und jetzt auch in die andere Richtung die Schnitte setzen – sodass ein hübsches Karomuster entsteht.

- Für eine Würzmischung die Würzkörner in einer trockenen Pfanne rösten, dann im Mörser zermahlen, dabei Zucker und Salz untermischen. Zwei Teelöffel dieser Mischung auf den Entenbrüsten verteilen und rundum gut einreiben. Restliches Gewürz bleibt in einem Schraubglas lange frisch und passt gut zu Geflügel, auch zu Lamm.
- Die Entenbrüste mit der Hautseite in die Pfanne legen, einen Löffel Öl hineingießen. Mehr braucht man nicht, denn auf der langsamen Hitze tritt genügend vom eigenen Fett aus, in dem die Brust dann am Ende schwimmt.
- Auf mildem Feuer sie erst mal ganz langsam, etwa 5 Minuten, knusprig braten. Dann auf die Fleischseite wenden, jetzt den zerdrückten Knoblauch, die Kräuter und die Chilischote (halbiert, ganz oder entkernt, je nach Gusto und Schärfe) danebenlegen. Weiterhin auf kleiner Hitze noch ca. 4 Minuten braten, dabei sanft durchziehen lassen.
- Schließlich im warmen Backofen (80 bis 90 Grad) einige Minuten ruhen lassen, bis die Sauce fertig ist: Dafür den Bratensatz mit Rotwein und Madeira oder Sherry ablöschen und etwas einkochen, kalte Butter in Flöckchen einrühren, bis die Sauce cremig ist, mit Essig und Salz nochmals abschmecken.

Servieren: Die Entenbrüste schräg in dünne Scheiben schneiden, auf vorgewärmten Tellern anrichten, mit der Sauce beklecksen.

Beilage: Rosenkohl und nach Belieben auch noch ein cremiges Kartoffelpüree

Getränk: Natürlich auch ein feiner Wein – zum Beispiel ein voluminöser, gut gereifter Rotwein, etwa ein Lemberger aus Württemberg oder ein prächtiger Spätburgunder (erstklassige Lage oder Großes Gewächs), welcher inzwischen in allen deutschen Weinregionen von immer mehr Winzern erzeugt wird.

Rosenkohl mit Walnüssen

Zutaten für 4 Personen:

- 800 g Rosenkohl
- 2-3 EL Butterschmalz
- Salz
- Pfeffer
- etwas Muskat oder Gewürzmischung (nach Gusto)
- 1 EL Brühe, Wasser oder Apfelsaft
- 80-100 g ausgelöste Walnuskerne
- Petersilie, Estragon oder Liebstöckel

Zubereitung:

- Die Rosenkohlröschen waschen, halbieren – welke, beschädigte und lose Blätter entfernen. Große Röschen auch vierteln.
- 20 Minuten bevor serviert werden soll, das Schmalz in einer Pfanne erhitzen, Rosenkohl zufügen und darin ein paar Minuten richtig scharf anbraten. Dabei salzen, pfeffern und mit Muskat (nach Gusto) würzen.
- Wenn alle Röschen Bratspuren bekommen haben, einen Schuss Brühe, Wasser oder Apfelsaft angießen, dadurch werden sie besonders saftig.
- Wenn alle Flüssigkeit wieder verdampft ist und die Röschen wieder zu braten beginnen, die grob zerdrückten Walnuskerne zufügen und mitbraten. Alles nochmal miteinander auf milder Hitze sanft im eigenen Saft nachziehen lassen.
- Zum Schluss fein gehackte Kräuter untermischen.