

Gerhardts Rezept des Monats

Entenbrust mit Zitrusfrüchten und Orangenpolenta

Zubereitung

1. Die Entenbrüste mit Salz und Pfeffer würzen.
2. In heißem Öl auf der Fleischseite kurz anbraten, sofort wenden und auf der Hautseite bei mittlerer Hitze garen, bis die Haut schön knusprig ist.
3. Nochmals wenden und auf der Fleischseite einige Minuten garen.
4. Die Entenbrust warm stellen.
5. Das Öl ausschütten und den Bratsatz mit dem Kalbsfond und dem Saft der filetierten Zitrusfrüchte ablöschen. Auf die gewünschte Konsistenz einkochen.
6. Die kalte Butter einrühren und die Zitrusfrüchte in die Sauce geben, jedoch nicht mehr kochen lassen. Nach Wunsch mit Salz und Pfeffer abschmecken.
7. Die Entenbrüste schräg in Scheiben schneiden und mit der Sauce nappieren.
8. Für die Orangenpolenta die auf der Packungsanweisung angegebene Menge Wasser durch je zur Hälfte Orangensaft und Geflügelfond ersetzen.
9. Die Polenta unterrühren und aufkochen.

Zutaten für 4 Personen

Für die Entenbrüste:

4 Entenbrüste
Öl
Salz und Pfeffer

Für die Sauce:

100 ml dunkler Kalbsfond
2 Grapefruits rosa, filetiert
1 Orange, filetiert
Saft der filetierten Zitrusfrüchte
10 g Butter, gekühlt
Salz, Pfeffer

Für die Orangenpolenta:

1 Pck. Polenta
Orangensaft
Geflügelfond

Gerhardts Weinempfehlung

Die verwendeten Früchte geben dem Gericht fruchtig-süße Nuancen. Daher sollten Weine gereicht werden, die die Aromen widerspiegeln, z. B. Weine der Rebsorte Dornfelder.

