

Entenbrust

© horst-ries.de

– mal ganz einfach im CrockPot

Ich hatte eine gefrostete Barbarie-Entenbrust. Damit hatte ich mal schlechte Erfahrungen gemacht. Darum dümpelte sie auch schon monatelang im TK herum. Nun also mal mit dem CrockPot probieren.

In den CrockPot gab ich reichlich $\frac{1}{4}$ L Wasser. Die Entenbrust rieb ich rundherum mit Salz ein, betreute sie mit Majoran und legte sie – Hautseite nach oben – in den CrockPot.

5 Std. Automatik.

Dann spülte ich mit dem gebildeten Saft die Oberfläche der Brust ab und gab sie, noch heiß, mit etwas Saft auf einem Edelstahl-Tablettchen zum Bräunen in den Backofengrill – Haut nach oben.

Die Sauce

Der im CrockPot entstandene Saft – weit entfernt von einer Sauce – wurde erstmal in einem Kasserolle auf die Hälfte reduziert. Inzwischen bräunte ich Zwiebelwürfelchen in Butter und gab sie dann zu der werdenden Sauce.

Ein Schuss Rotwein dazu. Zum Andicken etwas Maizena und ein bisschen Jägersoße.

Langsam ward's was. Ein paar Tropfen Zuckercouleur halfen noch zu appetitlicher Farbe.

Nun die inzwischen schön braun gegrillte Entenbrust hinein – einmal aufkochen und 15min dünsten lassen.

Entenbrust schräg in 8 mm starke Scheiben schneiden und die Sauce angießen.

Dazu „Pfanni-Knödel mit rohen Kartoffeln“ (eine akzeptable Alternative, wenn man nicht die Zeit für Handfertigung hat).

Und natürlich Rotkohl.

Die Entenbrust war einmalig zart – das werde ich ganz bestimmt wiederholen.

