



FEINHEIMISCH

Genuss aus Schleswig-Holstein e.V.

Rezept des Monats | Oktober 2015

Brust und Keule von der Land-Ente

*mit Kräuter-Kartoffelstampf, Apfel-Chutney und Sesamkarotten
von Chefkoch Nils Kramer, Restaurant Sandperle im ambassador hotel & spa*



Zutaten für vier Personen

Für die Land-Ente:

1 Land-Ente, ca. 2,1 kg
1 Apfel
1 Orange
1 Zwiebel
Salz, Pfeffer, Majoran

Für das Kräuter-Kartoffelstampf:

600 g Kartoffeln
100 ml Sahne
50 g Butter
1 TL Schnittlauch, fein
geschnitten
1 TL Petersilie, fein gehackt
Salz, Muskat

Zubereitung

Land-Ente:

Die Land-Ente von innen mit Salz, Pfeffer und Majoran würzen. Den Apfel, die Orange und die Zwiebel vierteln und in die Ente geben. Die Ente mit Salz und Pfeffer von außen würzen.

...weiter Seite 2

Die Ente in einen Bräter ohne Deckel geben, ca. 200 ml Wasser dazugeben und im Backofen bei 190 Grad Celsius 1 ½ bis 2 Stunden schmoren, gelegentlich mit dem Fond aus dem Bräter begießen, sodass die Haut knusprig wird.

Kräuter-Kartoffelstampf:

Die Kartoffeln schälen, vierteln und in einem Topf mit gesalzenem Wasser garkochen. Die garen Kartoffel abgießen und durch eine Presse in eine Schüssel drücken. Sahne und Butter erhitzen und zu den durchgedrückten Kartoffeln geben. Mit Salz und Muskat abschmecken und alle Zutaten gut miteinander verrühren. Zum Schluss vorsichtig die gehackten Kräuter unterheben.

Apfel Chutney:

Schalottenwürfel in etwas Butter anschwitzen, den Zucker dazugeben und karamellisieren lassen. Mit Balsamico ablöschen, die Apfelwürfel, die Chilischote und den Apfelsaft dazugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Alle Zutaten köcheln lassen, bis eine Masse entsteht

Sesamkarotten:

Die bissfesten Bundmöhren vierteln. Butter in einer Pfanne erhitzen und die Bundmöhren dazugeben. Mit der Brühe ablöschen und einkochen lassen, bis die Flüssigkeit fast verkocht ist. Mit Salz und Zucker abschmecken und zum Schluss den Sesam dazugeben. Die Möhren gut durchschwenken, sodass der Sesam an den Bundmöhren kleben bleibt.

Für die Sesamkarotten:

4 Bund Möhren mit Grün, geschält, 3 cm vom Grün dranlassen, kurz bissfest kochen
1 TL Butter
1 TL schwarzer Sesam
50 ml Gemüsebrühe
Salz, Zucker, Pfeffer

Für das Apfel-Chutney:

1 Apfel, geschält, in feine Würfel geschnitten
1 Schalotten, geschält, in feine Würfel geschnitten
1 Chilischote, in feine Würfel geschnitten ohne Kerne
1 EL Zucker
2 cl weißer Balsamico
1 Stückchen Butter
100 ml Apfelsaft
Salz, Pfeffer

...weiter Seite 3

Anrichten:

Die goldbraun gebratene Land-Ente aus dem Backofen nehmen und auf ein Brett legen. Die Keulen und die Brust auslösen und jedes Teil nochmals halbieren, sodass acht Stücke Fleisch entstehen. Kräuter-Kartoffelstampf in der Mitte des Tellers anrichten und die Sesamkarotten mit dem Grün nach außen fächerförmig hineinstecken. Ein Stück Brust und Keule auf dem Kartoffelstampf anrichten. Das Apfel-Chutney kreisförmig um die anderen Komponenten dazugeben und servieren.

Guten Appetit!