



## Entenbrust à L`Orange

Entenbrust waschen und mit Küchenpapier trocken tupfen. Die Fettseite rautenförmig mit einem scharfen Messer einschneiden. Salzen und pfeffern.

Die Entenbrüste mit der Fettseite nach unten in eine kalte unbeschichtete Pfanne geben. Damit spart man sich unnötige Fettzugaben, da durch das Erhitzen genug Eigenfett zum Anbraten austritt. Herd erst auf volle Hitze schalten, dann auf mittlere. So lange anbraten, bis die Fettschicht schön knusprig ist. Danach wenden und ca. 1 min. auf der anderen Seite braten.

In einen kleinen Bräter den Saft von 2 Orangen und 1/8 Liter Wasser geben. Die Entenbrust mit der Fettseite nach oben hineingeben. Im vorgeheizten Backofen bei 225° etwa 15-20 min. geschlossen garen. Eventuell noch 5 min. ohne Deckel, damit die Fettseite schön kross wird. Die Entenbrust sollte innen noch zartrosa sein.

In der Zwischenzeit die Orange schälen, filetieren und in Scheiben schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen. Den Zucker zugeben und kurz karamellisieren lassen. Die Orangenfilets von beiden Seiten darin braten.

Die Entenbrust in Alufolie wickeln und etwa 8 min. ruhen lassen.

Den Bratenfond aufkochen. Wenn nötig noch etwas Orangensaft oder Wasser zugeben. Mit Grand Marnier, Johannisbeergelee, Salz und Pfeffer abschmecken. Wer die Soße etwas eingedickt mag, kann mit etwas Speisestärke binden. Ich nehme bevorzugt jedoch etwas mehr Johannisbeergelee, da dies ebenfalls die Soße optimal bindet. Allerdings wird die Soße dadurch viel süßer, also Geschmacksache.

Die Entenbrust aus der Folie nehmen. In Scheiben schneiden und mit den Orangenfilets auf vorgewärmte Teller anrichten.



### Zutaten für 2 Portionen:

	2	Entenbrüste, a`ca. 250 g
	3	Orange(n)
1 EL		Gelee, schwarze Johannisbeer-
2 EL		Grand Marnier
20 g		Butter
1 TL		Zucker
n. B.		Salz und Pfeffer, Pfeffer

**Verfasser:** Jicky

Als Beilagen passen:

Rösti, Mandelbällchen, Herzoginkartoffeln, Kroketten,  
Brokkoli mit Mandeln oder gemischte Blattsalate.

**Arbeitszeit:** ca. 25 Min.

**Schwierigkeitsgrad:** pfiffig

**Kalorien p. P.:** ca. 875