

Rezepturen

(Rezepturen für jeweils 4-6 Personen)

WEISSE SPARGELN & ENTE IN PORTWEINSAUCE

Zutaten für Terrine:

800 g Weisser Spargel
 125 g Schalotten
 4 Stk. grüne Kardamomkapseln
 1 El grobes Meersalz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle

2-4 stk. Barberie-Entenbrüste (je nach Gewicht und Hunger)

100 g Butter
 3 Stk. junge Knoblauchzehen (ungepellt)
 250 ml roter Portwein
 400 ml Geflügelfond
 1 1/2 El Rosmarinnadeln
 1 TI Speisestärke

ZUBEREITUNG

Den Spargel schälen, und die holzigen Enden abschneiden. Spargelstangen längs halbieren und in 5 cm diagonal lange Stücke schneiden.

Schalotten pellen und fein würfeln. Kardamomsamen aus den Kapseln lösen und im Mörser grob zerstossen. Kardamom und grobes Meersalz mit etwas grob gemahlenem Pfeffer mischen und beiseitestellen.

Ofen auf 150 Grad (Umluft 130 Grad) vorheizen.

Die Haut der Entenbrust mit einem scharfen Messer kreuzförmig einritzen. Salzen, mit der Hautseite nach unten in eine heisse Pfanne ohne Fett legen und ca. 5 Minuten bei mittlerer Hitze goldbraun anbraten. Fleisch wenden,

30 Sekunden weiterbraten, dann mit der Hautseite nach oben auf den Ofenrost setzen. Auf der 2. Schiene von unten 15 Minuten garen, herausnehmen und in Alufolie gewickelt 5 Minuten ruhen lassen.

Inzwischen in einem weiten Topf die Butter schmelzen bis sie schäumt. Knoblauchzehen, Spargel und Schalotten darin goldbraun anbraten, zum Schluss würzen. Wein zugliessen und fast vollständig einkochen lassen. Mit Fond auffüllen,

1 El Rosmarinnadeln zugeben und etwa 4 Minuten leise köcheln lassen. Stärke mit etwas kaltem Wasser glatt rühren, in den Fond rühren und 1 Minute köcheln lassen.

Die Entenbrust aufschneiden und mit dem Spargel auf Tellern anrichten, Ente mit dem Kardamom-Salz, den Spargel mit restlichem Rosmarin bestreuen. Dazu passen gestampfte Kartoffeln mit Butter oder kleine Jungkartoffeln aus dem Ofen.

Rezepturen
(Rezepturen für jeweils 4-6 Personen)